Aventures de pitchouns

en Hautes Terres d'Oc

Pays Sidobre - Monts de Lacaune
Montagne du Haut-Languedoc

Avec **Piéro**
le petit mégalithe

Bienvenue en Hautes Terres d'Oc

Ce livret te propose 81 animations qui te permettront de découvrir cette région en t'amusant.

Elles sont classées par territoire et par type d'activités, et présentées avec tous les renseignements nécessaires.

Les conseillers en séjours des Offices de Tourisme sont là pour t'expliquer comment choisir l'activité que tu cherches.

Bonnes vacances !

ATTENTION : Ce document a été créé en 2014. Pour un usage ultérieur, veuillez vous adresser aux Offices de Tourisme pour vérifier les informations.

Salut !

Je suis Piéro le petit mégalithe, ton guide.

Ça fait 5000 ans que j'habite dans le coin, alors je sais tout ce qui se passe par ici !

Suis mes indications, et tu trouveras une activité sympa parmi les 81 animations proposées dans ce livret.

En suivant les petits dessins ci-dessous, tu pourras choisir celle qui te permettra, de...

bouger

te surprendre

découvrir

goûter

imaginer

Pour savoir où ça se passe, regarde les numéros sur les dessins et reporte-toi à la carte pages 14 et 15

Sommaire

Carte et contacts 14-15

Monts de Lacaune

1 **Le temps d'une balade, ose redevenir un enfant sauvage** 5

2 **Suis les traces de l'enfant sauvage** 5

3 **Découvre la forêt domaniale de Lacaune**
en parcourant les sentiers de découverte de Martinou et des Pansières 5

4 **Il était une fois la laine**
Avant de découvrir les secrets de fabrication de la laine, partons à la rencontre de la brebis « Lacaune » 5

5 **Une coccinelle se promène dans les salles du Musée du Vieux Lacaune** 5

6 **Allons enfants de la BD**
à la Galerie d'art Frézouls 6

7 **Que fabrique Didier le Charcutier ?** 6

8 **A la recherche du trésor «DEMON» de Lacaune**
Un jeu de piste au cœur de Lacaune-les-Bains à découvrir en famille 6

9 **Résous un mystère au cœur de la Maison de la Charcuterie**
et gagne ton diplôme du meilleur enquêteur 6

10 **L'espace des Sources Chaudes**
Une piscine à Lacaune, remplie d'eau chaude... c'est le programme pour l'été et toute l'année quand je veux 7

11 **Les sentiers de découverte des Pansières et de Martinou** 7

12 **Entre copains**
La passion de la nature et des découvertes 7

13 **A la rencontre des chevriers de la tome ronde !** 7

14 **Musée des battages et des anciens tracteurs** 8

15 **Vèbre Cœur Junior !** 8

16 **Payrac et le royaume des enfants** 8

17 **Une journée avec Joséphine, bergère à Payrac** 8

18 **Viens fêter ton anniv' à Payrac !** 8

19 **A dos d'âne** 8

20 **Baignades et loisirs**
C'est la plage à la montagne 9

21 **Tu veux des activités ? Tu veux que ça bouge ?** 9

22 **Nocturne costumée**
dans les tours du château de Nages 9

23 **Petit Paul et Marianne te font visiter leur ferme**
près du lac de Rieumontagné 9

24 **Comme de vrais petits paysans...**
Atelier commenté à la ferme de Rieumontagné 9

25 **Comme à l'époque néolithique** 10

26 **L'aventure de la charcuterie de Millas** 10

Vals et Plateaux des Monts de Lacaune

27 **Quel petit blagueur !** 10

28 **La chasse aux trésors du XXI^{ème} siècle**
Le géocaching 10

29 **Voyage au bout des branches** 10

30 **Défends ton territoire au Paint Ball** 11

31 **Graine d'artiste** 11

32 **Des histoires et des jeux à « gogo » !** 11

33 **A fond les glissades !** 11

34 **Vétérinaire cherche assistant** 12

35 **A la découverte du Musée** 12

36 **Mène l'enquête au Musée** 12

37 Seras-tu élu Chevalier ou Gente Dame des bois ? 12
38 A la recherche du sourcier 12
39 Le Jeu de Vabre
L'Arc-en-ciel des « Labans » 13
40 Es-tu un Robinson de la forêt ? 13
41 La balade du petit naturaliste 13
42 Jeu de l'Oie à Ferrières 13
43 Le petit Géo Trouvetout 16
44 Le p'tit boucher détective 16
45 Es-tu un indien « Œil de lynx » ? 16

Sidobre - Val d'Agoût

46 Deviens le chasseur de pierres du Sidobre 16
47 Sidobre, le monde du granit 16
48 Fabrique ton carnet de voyage 16
49 Les balades de Jo 17
50 Viens découvrir la formation et le travail du granit à La Maison du Sidobre ! 17
51 Le voyage médiéval 17
52 Le petit Sidobrien 17
53 Les poneys de Julie 17
54 A la recherche de l'Escriboto 18
55 Ateliers Créatifs pour les enfants 18
56 Missègle et le mohair 18
57 Bougez et vivez en VTT
au cœur du Parc naturel régional du Haut-Languedoc 18
58 Sainte-Juliane, mystérieuse et sacrée 18

Montagne du Haut-Languedoc

59 Petit pêcheur
sur le plan d'eau du Roussinas 18
60 Au carrefour des vents 19
61 En balade avec un âne 19
62 Deviens guide-explorateur
au cœur du village de Fraïsse-sur-Agout 19
63 Du bois pour chauffer le village de Fraïsse-sur-Agout 19
64 A la pêche à la truite 19
65 Un village magnifiquement fleuri et des arbres 20
66 Apprendre en se promenant 20
67 Têtu comme un âne 20
68 Je vais vraiment devenir chèvre ! 20
69 La force de l'eau et le plaisir du pique-nique 20
70 Plonge dans les bulles de La Salvetat® 21
71 La base de loisirs « Les Bouldouïres » 21
72 Ecole de voile des Bouldouïres 21
73 Base de loisirs « Le chalet de la Raviège » 22
74 Les petits cavaliers du Haut-Languedoc 22
75 Les petits acrobates de la Raviège 22
76 Parc Juju Bungy 22
77 Deviens le spécialiste de la nature
avec le CPIE du Haut-Languedoc 22
78 Le village de La Salvetat-sur-Agout te dévoile ses secrets 23
79 Deviens guide-explorateur
au cœur du village de La Salvetat-sur-Agout 23
80 Deviens pour un instant « le berger des abeilles » 23
81 En VTT, on fait ce qui nous plaît
Apprends les bases du VTT et deviens un as du guidon 23

Services

• Crèches 24
• Centres de loisirs 24
• Wifi 25
• Bibliothèques, ludothèques, médiathèques 26

1 Le temps d'une balade, ose redevenir un enfant sauvage

Activité extérieure à partir de 4 ans

Pas à pas, découvre les étapes de ce sentier mystérieux « Sur les traces de l'Enfant Sauvage ». Un parcours ludique, jalonné de nombreuses activités, qui te révèlera l'histoire, l'environnement et le mode de vie de l'Enfant Sauvage découvert sur ce site en 1798. Une véritable aventure à vivre en forêt pour explorer des sensations, pour jouer et apprendre... dans un monde de mystères et de souvenirs. Nouveautés 2014 : un parcours sur rondins et un nid d'oiseau géant pour le repos et l'observation.

▶ A 8 km de Lacaune-les-Bains, sur la RD622, en direction de Castres • Tarifs : Entrée libre • Durée : 2h30 • Parcours de 3,5 km • Sentier ouvert de Pâques à Toussaint • Non accessible aux poussettes et aux personnes à mobilité réduite. Tables de pique-nique • Livret de visite (0,50 €), livret « 10 aventures à vivre avec la Nature » (0,50 €) et pochette (4 €) en vente au bureau d'information touristique de Lacaune • Location de portes bébés (5€ la 1/2 journée) • ✆ 05.63.37.04.98 • Site : www.tourisme-montsdelacaune.com • A prévoir : Chaussures de marche et eau.

2 Suis les traces de l'Enfant Sauvage

Activité extérieure à partir de 4 ans

En 1798, dans les bois de la Bassine, des chasseurs découvrent un enfant âgé d'une douzaine d'années : un enfant sauvage. François Truffaut lui consacrera un film. Après avoir découvert cette histoire insolite au Musée du Vieux Lacaune, pars sur les traces de l'Enfant Sauvage au cœur de la forêt.

▶ Départ du circuit commenté devant le bureau d'information touristique de Lacaune • Durée : 3h • Parcours de 3,5 km • Circuit proposé de juillet à août, le jeudi à 14h30 (pas de circuit les jours fériés) • Tarif pour l'ensemble des visites : 4 € - Gratuit pour les enfants < à 12 ans -Inscriptions au bureau d'information touristique de Lacaune (05.63.37.04.98) • Les déplacements se font en voiture individuelle • Sentier de 3km, non accessible aux poussettes et aux personnes à mobilité réduite • ✆ 05.63.37.04.98 • Site : www.tourisme-montsdelacaune.com • A prévoir : Chaussures de marche et eau.

3 Découvre la Forêt domaniale de Lacaune en parcourant les sentiers de Martinou et des Pansières

Activité extérieure à partir de 7 ans

Pierre Roque, technicien forestier, sera ton guide. Il t'accompagnera, te racontera au fil de la promenade l'histoire locale, te fera découvrir la forêt, les tourbières, les animaux qui peuplent notre montagne... Alors, à très bientôt.

▶ Dépliant développant les thèmes du sentier offert • Départ du circuit commenté devant le bureau d'information touristique de Lacaune • Durée : 2h30 • Circuit proposé les mardis 15 juillet, 29 juillet et 5 août 2014 à 15h • Tarifs 4 € et gratuit pour les enfants de moins de 12 ans. Inscriptions au bureau d'information touristique de Lacaune (05.63.37.04.98) • Les déplacements se font en voiture individuelle • ✆ 05.63.37.04.98 • Site : www.tourisme-montsdelacaune.com • A prévoir : Chaussures de marche et eau.

4 Il était une fois la laine Avant de découvrir les secrets de fabrication de la laine, partons à la rencontre de la brebis « Lacaune »

A partir de 4 ans

Nous débuterons notre après midi par la visite d'une ferme où l'on élève des brebis de race « Lacaune ». Tu pourras y déguster de bons produits fermiers. Nous te proposons ensuite une visite ludique de la Filature Ramond où la laine, arrivée brute, devient peu à peu fil grâce au travail de machines qui datent de 1841. Une visite passionnante qui se clôture par un atelier qui te permettra d'emporter un petit souvenir.

▶ Départ du circuit commenté devant le bureau d'information touristique de Lacaune • Durée : 3h30 • Circuit proposé de juillet à août, le mercredi à 14h30 (pas de circuit les jours fériés) • Tarif pour l'ensemble des visites : 6 € et 1,50 € pour les enfants < à 12 ans. • Inscriptions au bureau d'information touristique de Lacaune (05.63.37.04.98) • Les déplacements se font en voiture individuelle • ✆ 05.63.37.04.98 • Site : www.tourisme-montsdelacaune.com • A prévoir : eau.

5 Une coccinelle se promène dans les salles du Musée du Vieux Lacaune...

A partir de 4 ans

Suis Coccinelle dans le musée, elle te guidera à travers quinze salles et te fera découvrir le quotidien de tes arrière-arrière-grands parents, leur façon de s'habiller,

de pouponner leurs bébés, leur façon de voyager, de se chauffer, de se soigner, de travailler. Sur les bancs de l'école, tu pourras écrire avec un porte-plume. Tout sera nouveau pour toi, inimaginable ! Coccinelle te racontera aussi la curieuse destinée de l'Enfant Sauvage, tu verras la chaumière où il a été hébergé quelques temps. Tout au long de ta visite, Coccinelle te posera des questions et, si tu y réponds correctement, tu pourras participer à un tirage au sort et gagner de nombreux lots.

▶ Place du Griffoul - Lacaune-les-Bains • Tarifs : Pour toi, tes frères et tes sœurs, ce sera gratuit. Tes parents paieront 2 € chacun • Durée : 1h • Le Musée du Vieux Lacaune est ouvert en mai, juin et septembre, du mardi au samedi l'après-midi et en juillet et août, tous les jours • ✆ 05.63.37.25.38 ou 05.63.37.04.98 • Internet : www.museeduvieuxlacaune.fr • Parking, toilettes, boutique avec des ouvrages sur l'histoire locale adaptés aux enfants.

6 Allons enfants de la BD

A partir de 6 ans

Suite à la parution de la BD « Traque dans les Monts de Lacaune », nous te proposons de nombreuses animations afin de découvrir l'univers de la bande dessinée. Du 7 juillet au 23 août 2014, du lundi au samedi l'après-midi, la Galerie d'Art Frézouls te présente des expositions ludiques autour de la BD : « Grosse bêtise, mode d'emploi» et « Cicatrices de guerre(s) ». Après avoir été initié aux techniques de la Bande Dessinée, tu pourras participer à un atelier de création de BD à 14h30. Tu créeras ton personnage, imagineras un scénario, illustreras l'histoire de ton choix...

▶ 3, rue du Biarnès - Lacaune-les-Bains • Entrée libre pour l'exposition • Participation de 1 € pour l'atelier de création de BD • Programmation autour de la BD à consulter sur notre site : www.tourisme-montsdelacaune.com • ✆ 05.63.37.04.98

7 Que fabrique Didier le charcutier ?

De 3 à 6 ans

Apprends à reconnaitre les différents produits de charcuterie... Touche, regarde, sens et goûte les différents produits de charcuterie que fabrique « Didier le charcutier ». Pendant que papa et maman suivent le guide pour découvrir la fabrication du jambon de Lacaune, tu apprendras à reconnaitre, par deux ateliers, le jambon, la saucisse et le saucisson fabriqués par Didier.

▶ Durée : 1 h • Jour de visite spécial enfant : pendant les vacances scolaires : tous les mercredis matins (10h30) • De mi-juin à mi-septembre : tous les mercredis matins (10h30) • Les enfants sont encadrés par une animatrice BAFA • Prix : gratuit pour les enfants de moins de 12 ans. Equipement fourni par nos soins • Réservation obligatoire par téléphone au 05 63 50 82 04 • Ets Oberti et Fils – Chemin de Granisse - Lacaune-les-Bains

8 A la recherche du trésor «DEMON» de Lacaune
Un jeu de piste au coeur de Lacaune-les-Bains à découvrir en famille

Activité extérieure à partir de 7 ans

Après des mois et des mois de recherche, et grâce à tes petits camarades, le Diable connaît enfin l'identité des voleurs de son trésor : les Maseliers ! En apprenant la nouvelle, ces derniers ont pris peur et se sont empressés de cacher les écus aux quatre coins de la ville. Le Diable, quant à lui, est aujourd'hui bien trop vieux pour partir à la recherche de son trésor dérobé. Mais peut-être qu'un jeune aventurier comme toi pourrait l'aider ? Parcours les ruelles de Lacaune-les-Bains, observe attentivement autour de toi et répond correctement aux questions. Si tu réussis ce défi, le Diable te promet une belle récompense ! Alors, à toi de jouer !

▶ Départ du jeu de piste devant le bureau d'information touristique de Lacaune • Tarifs : gratuit • Durée : entre 1h30 et 2 h 30 • Plusieurs niveaux • Jeu de piste proposé de juillet à août, le lundi à 14h30 (pas de jeu de piste les jours fériés). Inscriptions au bureau d'information touristique de Lacaune (05.63.37.04.98) • Jeu de piste à faire librement (les enfants doivent être accompagnés d'un adulte et restent sous son entière responsabilité) • ✆ 05.63.37.04.98 • Site : www.tourisme-montsdelacaune.com • A prévoir : De bonnes chaussures et eau.

9 Résous un mystère au cœur de la Maison de la Charcuterie
et gagne ton diplôme du meilleur enquêteur

A partir de 7 ans

« Il y a quelques jours, alors que je passais la soirée dans la porcherie de mes parents, un individu m'a joué un tour de cochon et s'est introduit dans ma maison. Sur place, très peu d'indices : une trace de patte, quelques glands et des feuillages. D'après les experts, il s'agirait d'une personne de ma famille (les suidés). En traversant les salles de ma maison, et après avoir répondu à plusieurs questions, découvre l'identité de cet intrus ». Pendant que tes parents découvriront cet espace muséographique dédié à la charcuterie, tu pourras profiter du coin des petits maseliers (espace jeu sur le thème du cochon). Pour clôturer la visite, vous dégusterez ensemble le Jambon de Lacaune.

▶ 3, rue du Biarnès - Lacaune-les-Bains • Tarifs : 3,00 €/ personne, ticket « maison de la charcuterie + filature Ramond » : 4,00 €/ personne, gratuit pour les enfants de moins de 12 ans, chèques

vacances acceptés • Durée : 1h • La Maison de la Charcuterie est ouverte de mi-juin à mi-septembre, du lundi au samedi • Site accessible aux poussettes et aux personnes à mobilité réduite (Label « Tourisme et Handicap »), audio guides en français, anglais, espagnol et néerlandais, toilettes, jardin avec table de pique-nique, boutique • ✆ 05.63.37.46.31 ou 05.63.37.04.98 • Internet : www.tourisme-montsdelacaune.com

10 L'Espace des Sources Chaudes

Une piscine à Lacaune, remplie d'eau chaude, c'est le programme pour l'été et toute l'année quand je veux.

A partir de 4 mois

Et hop du toboggan, et zou du pentagliss, un tour dans la rivière et hop un plongeon à l'intérieur et tous ensembles c'est reparti, éclats de rires des enfants à l'appui. Maman nous regarde d'un œil amusé, allongée sur son transat. Dingue, le goûter avec les crêpes ou les Paninis ou encore les meilleurs frites du coin au petit Saint Michel. Une glace et un plongeon, une sieste sur la pelouse whaaa ! Encore de l'eau toujours de l'eau comme celle-ci, du soleil, de la douceur et du rire : voilà un été que j'aime !

▶ Domaine Saint Michel - Lacaune-les-Bains • Tarifs et horaires à consulter sur http://piscine-lacaune.jido.com • Attention, les poussettes sont interdites sur les plages • Pataugeoires, table à langer, prêt de ceintures, de brassards, cours de natation, snack, distributeur de matériel de natation (maillots enfants/adultes), soirées en nocturne en période estivale • ✆ 05.63.37.69.90 • Internet : www.tourisme-montsdelacaune.com • A prévoir : crème solaire, T-shirt, casquette pour me protéger.

11 Les sentiers de découverte des Pansières et de Martinou

Activité extérieure à partir de 7 ans

Les Pansières : Les tourbières, appelées encore « sagnes » dans les Monts de Lacaune, sont des zones humides vieilles de 5000 à 7000 ans. Vous partirez à la rencontre de plantes carnivores inoffensives et d'une multitude d'espèces animales et végétales originales.

▶ A 11 km de Lacaune (7 km de route et 4 km de piste en bon état), en direction de La Salvetat • Durée : 2h • Parcours de 2,1 km • A partir de juillet 2014 : sentier ouvert à l'année, non accessible aux poussettes et aux personnes à mobilité réduite.

Martinou : Autour de la grange de Martinou, vous découvrirez la Forêt Domaniale de Lacaune, ses milieux et paysages caractéristiques, son histoire et son patrimoine. En parcourant un circuit accessible à tous, vous pourrez appréhender la gestion mise en œuvre par l'Office National des Forêts qui intègre préservation des richesses écologiques et des paysages remarquables et production de bois de qualité. Peut-être apercevrez-vous un des nombreux hôtes de la forêt ou à défaut les traces de son passage.

▶ A 8 km de Lacaune (4 km de route et 4 km de piste en bon état), en direction de La Salvetat • Durée : 2h30 • Parcours de 2,4 km • Sentier ouvert à l'année, non accessible aux poussettes et aux personnes à mobilité réduite.

▶ **Pour les deux sentiers :** Brochures (1,00 €) en vente au bureau d'information touristique de Lacaune • A prévoir : chaussures imperméables ou bottes et eau.

12 Entre copains, la passion de la nature et des découvertes

Activité extérieure à partir de 4 ans

De 4 à 12 ans, tu as soif d'aventures avec tes copains : découverte des secrets de la nature, des histoires imaginaires à vivre dans les bois, au bord du ruisseau ou sous le tipi… La colo-passion t'ouvre ses bras ! Tu peux aussi proposer à ton enseignant de vivre une classe d'environnement dans cet endroit magique ! De 12 à 14 ans, tu rêves d'aller au bout de tes limites avec des activités sportives de pleine nature : spéléo, escalade, via-ferrata, canyoning, accrobranche, équitation, VTT : tu adoreras les camps d'été sur les routes du Haut-Languedoc…

▶ Tarifs : nous consulter • L'association propose tout au long de l'année son centre de vacances et son gîte de groupes • Séjours d'été en centre de vacances et séjour d'hiver « les petits curieux sont des chefs » en partenariat avec l'association Planète Sciences (robotique-cuisine) • Berlats Accueil Découverte - Centre de vacances et d'accueil entre Brassac et Lacaune • La Vitarelle - 81260 BERLATS • ✆ 05.63.74.02.90 • Site : www.berlats.com • E-mail : contact@berlats.com

13 A la rencontre des chevriers de la tome ronde !

Tout public : familial, amateurs de fromage

Dans un cadre naturel, tu découvres le métier de fromager fermier : comment élève-t-on des chèvres pour obtenir du bon lait et fabriquer des fromages ? Une dégustation t'attends et tu apprendras l'évolution du fromage au fil des jours : cela s'appelle l'affinage… Tels sont les thèmes abordés par Pauline et Yves, les Chevriers de la Tome Ronde. Une visite aux charmes caprins qui ne manque pas de saveurs !

▶ Tarifs : 2 €/enfant ; 4 €/adulte • Tous les mardis de juillet et août de 15 h00 à 16h30 • A prévoir : Pas de WC public • Accès poussette possible • Accès voiture et fourgon possible • Moins plaisant en cas de pluie, mais visite possible tout de même • Mme Morette Pauline - Le Pradel - Murat-sur-Vèbre - ✆ 05 63 37 56 74

14 Musée des battages et des anciens tracteurs

A partir de 5 ans

Tu aimes les tracteurs et la mécanique, viens me retrouver au musée des battages de Murat. Tu pourras voir les différents modèles de tracteurs utilisés par tes papis : 105 au total. Comme un grand, tu seras autorisé à monter dessus et même à m'aider à les démarrer. Attention ! cela va faire beaucoup de bruit ! Ton rêve de petit enfant se réalisera. Tout à côté tu pourras voir un arborétum avec 150 espèces d'arbres et d'arbustes de la région.

▶ Accès poussette • Lieu : Musée des battages à l'ancienne - Avenue du Languedoc – Murat-sur-Vèbre • Prix : 2 € par personne et 1 € pour les enfants • Durée : 1 h • Ouvert à l'année • Des bénévoles passionnés pour accompagner • Uniquement sur réservation la veille auprès de Lucien CROS : ✆ 06 81 06 69 00

15 Vèbre Cœur Junior !

A partir de 7 ans

Un jeu de piste à travers bois et ruelles ! Le village de Murat n'aura plus aucun secret pour toi, grâce à un livret de jeu qui t'aidera à trouver les clefs de toutes ses énigmes...

▶ Livret à retirer auprès du Bureau d'Information Touristique de Murat-sur-Vèbre - ✆ 05 63 37 47 47 • Tarif : Gratuit • Jeu de piste de 4 km environ à faire librement (les enfants doivent être accompagnés d'un adulte et demeurent sous son entière responsabilité) • Prévoir de bonnes chaussures.

16 Payrac et le royaume des enfants

Activité extérieure de 4 à 13 ans

Tout est fait pour que tu t'amuses comme un roi : quelques animaux sont là rien que pour toi : 3 ou 4 brebis dans la jasse, des pigeons dans la volière, 2 vaches dans la tourbière, une lapine dans la cave et des volailles près du pesquier : regarde dans le nid de la maisonnette si tu n'as pas un œuf et si tu as de la chance tu peux le prendre! Tu veux t'amuser : 3 cabanes sont dans les bois : à toi de les découvrir ! sais-tu avec quoi jouait ton papi quand il était petit : demande lui et essaye avec lui : échasses, quilles, brouettes... tu verras c'est grave bien ! Tu aimes la nature : un jeu de piste a été fait pour toi sur le sentier de découverte. Ouvre bien les yeux et cherche les indices ! Si tu veux mieux explorer la nature, les amis de la maison de Payrac te louent une musette avec jumelles, loupe, boîte à insectes et plein d'autres instruments pour observer ; demande-la à l'accueil de la maison !

▶ Carrossable en poussette • Durée : comme tu veux • Juillet et août : tous les jours - Hors saison : tu peux aussi t'amuser même si la maison est fermée • Tarif : 2 € par personne et 1 € pour les enfants • Si tu achètes le guide du parcours découverte junior : 1 € et pour le prêt de la musette : 2 € + caution • Association les amis de Payrac - Maison de Payrac - Nages - ✆ 05 63 37 12 29

17 Une journée avec Joséphine, bergère à Payrac

Activité extérieure 5 à 12 ans

Que dirais-tu de passer une après-midi avec Joséphine la bergère et ses brebis ? Pas n'importe quelles brebis... on les appelle des « Lacaunaises » et ce sont les seules à donner le lait pour la fabrication du Roquefort. Si tu veux jouer à faire connaissance avec cette brebis à l'aide d'indices quelquefois cachés, si tu veux préparer le fromage, laver la laine, carder, filer, tisser et, pour le goûter, déguster les délicieuses spécialités salées et sucrées, viens passer un moment avec Joséphine !

▶ Lieu de l'animation : Maison de Payrac (Nages) • Tarif uniquement groupe de 20 à 25 enfants sur réservation : forfait de 120 € • Durée prévue : 2 h00 • Tous les jours sauf le mercredi pour les groupes • Pour les individuels, cette animation est programmée quelques mercredis durant l'été par l'association des « Amis de Payrac » (voir le programme d'animations de l'association - ✆ 05 63 37 12 29) • Encadrement assuré par une animatrice diplômée BPJEPS • Animation Culturelle • Contact : Association « Bon Pied, Bon Œil » - ✆ 06.44.18.77.19 • Toilettes, parking, aire de pique-nique et aire de jeux sur place

18 Viens fêter ton anniv' à Payrac !

De 2 à 12 ans

C'est ton anniversaire : chouette ! Viens le fêter à la maison de Payrac : Tu savoureras des vrais produits de la ferme : tartines de confitures et de miel, croustades et cakes cuits au four à bois, pur jus de pomme : Un goûter dont tu te rappelleras longtemps !

▶ Sur présentation de ta carte d'identité pour preuve d'anniversaire, les amis de Payrac t'offrent le goûter, tes parents et tes copains pourront acheter sur place les mêmes produits pour goûter avec toi • Durée : à l'heure du goûter • Juillet et Août : Tous les jours • Hors saison : le dimanche et sur rendez-vous • Association les amis de Payrac - Maison de Payrac - Nages - ✆ 05 63 37 12 29

19 A dos d'âne

Activité extérieure de 3 à 11 ans

Les 3 P'tits amis Arawak, Aloupache et Pompom, trois ânes inséparables sont toujours partants pour une

promenade et adorent porter les enfants. Nos trois amis ont choisi les verts pâturages de la Maison de Payrac pour passer l'été et vous donnent rendez-vous pour une petite balade sur leurs dos le long du sentier découverte.

▶ Carrossable en poussette • Lieu : Maison de Payrac • Tarif : 8 €/âne accompagné + tarifs dégressifs • De mi-juillet à mi-août • Les jours d'animations : lundi - mercredi - vendredi et jours de fêtes de Payrac • Horaires : entre 11h et 18h • Durée : 20 à 30mn de balade suivant le rythme de l'âne • Tél. pour précisions et confirmation : Véronique Bianchi : ✆ 06 01 99 80 32 - 04 67 97 84 09

20 Baignade et loisirs c'est la plage à la montagne !

Activité extérieure spéciale 3 à 11 ans... ou plus

Tu veux te baigner : une pataugeoire rien que pour toi mais tu dois avoir un adulte qui te surveille ! Plus grand, tu sais nager, va dans le périmètre délimité du lac. Un maitre-nageur te surveille mais attention, respecte les consignes de sécurité ! Tu as envie de te faire monter un peu l'adrénaline, pas de souci : un bungee-trampoline installé au coeur de la plage te procurera ce plaisir ou encore un espace bike-park et skate-park qui se trouve à proximité : il est d'accès gratuit mais si tu n'as pas ton matériel tu peux le louer.

▶ Accès poussette et accès handicapés • Lieu : base de loisirs du lac du Laouzas • Prix : Gratuit sauf le bungee-trampoline • Pataugeoire : de mi-juin à mi-septembre tous les jours • Périmètre dans le lac : l'après-midi de 13h30 à 18h30 en juillet et août • Contact : Base de loisirs - Rieumontagné - Nages - ✆ 05 63 37 48 60 ou 05 63 37 12 29

21 Tu veux des activités ? Tu veux que ça bouge ?

Activité extérieure de 7 à 15 ans

Au choix, des animateurs spécialisés sont là pour toi :

Cours d'optimist (petit voilier monocoque), de voilier, de catamaran, de planche à voile, de paddle ou bien encore parcours-découverte en canoë du 15 juin au 15 septembre.

▶ Tous les jours • Tarifs : Se reporter au n° 72 • S'adresser à l'école de voile du plateau des lacs - Bruno Dupouy - ✆ 06.76.28.15.08

Initiation au tir à l'arc

▶ Un jour par semaine, le jeudi de mi-juillet au mi-août • Durée : 1 heure • Prix : 10 €

Balade à poney ou à cheval

▶ Durée : ½ ou 1 heure ou plus • Prix de base : 18 € / 1 heure, 30 € / 2 heures • Sans encadrement mais avec les parents : 8 € / ½ heure, 13 € / 1 heure • Lieu : Base de loisirs du lac du Laouzas • En juillet et août tous les jours du mercredi au dimanche avec Chloë au ✆ 06 37 10 34 52 et, en hors saison, au 09 80 95 78 66 • **Contact : Base de loisirs** - Rieumontagné - Nages - ✆ 05 63 37 48 60 ou 05 63 37 12 29

22 Nocturne costumée dans les tours du château de Nages

De 6 à 11 ans

Prends ta torche et viens vite m'aider à retrouver le trésor du Comte de Thézan. Tu seras vêtu du costume médiéval alors n'oublie pas de te faire prendre en photo près du chevalier et de son imposante armure ! Interdit aux parents qui trouveront sur place un bar /restaurant « terroir » et la plupart des vendredis un concert dans la magnifique église du village.

▶ Lieu : dans les tours du château - Nages • Prix : 3 € par enfant • Durée : 1 heure • Tous les mardis et vendredis de juillet et août à 21h15 et, en hors saison, sur rendez-vous pour les groupes • Sans inscription, limité à 20 enfants • 2 animateurs sont là pour toi • Centre de recherches du patrimoine de Rieumontagné - Nages - ✆ 05 63 37 12 29 • A prévoir : Appareil photo et lampe torche si possible.

23 Petit Paul et Marianne te font visiter leur ferme près du lac à Rieumontagné

Jusqu'à 11-12 ans La visite libre

Tu sais lire tu peux le faire, t'inquiète-pas tes parents pourront aussi t'aider. Ton petit frère ou ta petite sœur peut venir : laisse la poussette à l'entrée et un porte-bébé est gratuitement à la disposition de tes parents. Petit Paul a égaré un objet précieux pour son grand-père, à l'aide d'un carnet d'énigmes, à toi de le lui retrouver ! Dans le parcours une échoppe a été aménagée pour que tu puisses entrer, revêtir un béret, un tablier, un veston, jouer à la marchande, faire une photo.

▶ Visite libre • Lieu : Musée de la vie paysanne en Haut- Languedoc - Ferme de Rieumontagné - Nages • L'entrée est gratuite pour toi, si tu veux le carnet d'énigmes c'est 1 € • Tes parents : 3 € par personne, tes frères et sœurs c'est gratuit • Durée : 1 h • Tous les après-midis de mai à septembre et sur rendez-vous hors saison • Contact : Centre de recherches du patrimoine de Rieumontagné - Nages - ✆ 05 63 37 12 29 • A prévoir : Appareil photo

24 Comme de vrais petits paysans... Atelier commenté à la ferme de Rieumontagné

De 6 à 12 ans La visite commentée

Un panier rempli de produits de la ferme, et hop, nous voilà partis aider Petit Paul et Marianne aux tâches quotidiennes des petits fermiers d'antan : ramasser les œufs, enlever les cendres de la cheminée et préparer des petits fagots pour le feu, mouliner le café, aller chercher de l'eau à la source... et avant de partir un atelier pour fabriquer de la farine au moulin. Interdit aux parents qui peuvent faire une promenade en boucle à partir du Musée,

une balade sur le lac ou une heure à l'espace détente ou au chalet «massage » en attendant leurs chers enfants.

▶ Lieu : Musée de la vie paysanne en Haut- Languedoc - Ferme de Rieumontagné - Nages • Prix : 4 € par enfant (+ offert une entrée adulte pour une visite libre) • 2 animateurs sont là pour toi • Durée : 1h45 • Tous les mardis et vendredis de juillet et août à 10h30 + en hors saison, sur rendez-vous pour les groupes • Sans inscription, limité à 20 enfants • Contact : Centre de recherches du patrimoine de Rieumontagné - Nages - ✆ 05 63 37 12 29 • A prévoir : Appareil photo

25 Comme à l'époque Néolithique ...

De 6 à 12 ans

Adaptée pour toi grâce à un petit livret de jeux, la visite du Musée des Mégalithes de Murat restera longtemps dans ta mémoire, j'en suis sûre ! Viens observer et parfois toucher ce qu'il nous reste de l'époque Néolithique : outils, flèches, bijoux, pierres retrouvés dans la région. As-tu déjà vu des statues-menhirs ? Viens découvrir ces hommes et ces femmes de pierre et tous les détails que les hommes préhistoriques y ont gravés ! En plus, pour clôturer ta visite, tu fabriqueras en argile ta propre « statue-menhir » de poche que tu pourras emporter avec toi comme témoignage et souvenir de cette chouette matinée au Musée !

▶ Accès handicapés • Accès poussette • Lieu : Centre d'interprétation des Mégalithes de Murat-sur-Vèbre • Prix : 3 € par adulte pour la visite libre du musée / 2 € pour la visite et l'atelier enfant • Durée de la visite et de l'atelier : 2 h • Date : en juillet et août le mardi à 10 h • Réservation conseillée • Contact : Bureau d'information touristique de Murat : ✆ 05 63 37 47 47 - murat@tml81.fr

26 L'aventure de la Charcuterie Millas

Activité en partie extérieure à partir de 4 ans

Il était une fois l'histoire de charcutiers qui vivaient heureux à Moulin-Mage. Ils fabriquaient de bonnes cochonnailles comme des saucissons, de la saucisse, du jambon, des bougnettes, des melsats, du boudin... Si toi aussi, tu veux rencontrer et visiter la Charcuterie Millas : rejoins-nous. Tu pourras te déguiser en petit cochon pour faire la visite et déguster de bons produits. Une aire de jeux et de pique-nique t'attend avec la possibilité de t'amuser avec des petits cochons !

▶ Accessible aux poussettes et aux personnes à mobilité réduite • Lieu : Charcuterie Millas - Moulin-Mage • Tarif : gratuit pour les enfants • Visite de la charcuterie de juillet à août, du lundi au samedi à 10h30 • Durée de la visite : 45 min • Magasin ouvert toute l'année du lundi au samedi : 9 h 12 h et 15 h 19 h • Parc extérieur en accès libre • Aire de pique-nique sur place avec possibilité d'acheter au magasin - Fontaine à eau potable/ barbecue • Contact : Charcuterie Millas - ✆ 05 63 37 14 72 - Courriel : contact@charcuterie-millas.fr - Internet : www.charcuterie-millas.fr

Vals et Plateaux des Monts de Lacaune

27 Quel petit blagueur !

Jeu extérieur pour les 6-10 ans accompagnés d'un adulte

Gribouille la petite grenouille est venue se promener dans notre village et a noté tout ce qu'elle a vu. Mais son copain, Renardo le farceur lui a fait une blague. Il a chipé son carnet et a modifié ses notes. Quel coquin ! Viens en aide à Gribouille la grenouille ! et retrouve tous les endroits qu'elle a visités... Rébus, devinettes, jeu des 7 erreurs, etc... t'attendent ! Près d'1h15 à déambuler dans le village de Saint-Pierre-de-Trivisy à découvrir les endroits visités par notre amie. N'hésites pas à te faire aider par tes parents... Viens chercher le carnet de Gribouille à l'Office du Tourisme. Si tu réussis ta mission, tu gagneras le diplôme du grand embassadeur.

▶ Jeu gratuit, disponible à l'Office du Tourisme de mai à octobre • Rendez-vous à l'Office de Tourisme - ✆ 05 63 50 48 69

28 La chasse aux trésors du XXIème siècle Le Géocaching

Activité extérieure à partir de 6 ans accompagné d'un adulte

Enfile tes baskets et aidé de Treck le GPS et d'une bonne dose de ruse, pars à la recherche des 3 énigmes à code et du Trésor cachés dans la forêt. Avant de partir, n'oublie pas de prendre un trésor pour remplacer celui que tu vas prendre ! Amène tes parents, tes amis et tes frères et sœurs dans cette quête... attention le terrain n'est pas prévu pour les poussettes.

▶ Prévoir des chaussures fermées, de l'eau et un goûter • Durée de l'activité : environ 2h sur 2 km • Surtout n'oublies pas de réserver Treck auprès de l'Office du Tourisme • 5 € la location pour la ½ journée • Compte 1 GPS pour 4 personnes. Activité proposée d'avril à octobre • Rendez-vous à l'Office de Tourisme - ✆ 05 63 50 48 69 - www.saint-pierre-de-trivisy.net - tourisme@saint-pierre-de-trivisy.net

29 Voyage au bout des branches

Activité extérieure à partir de 3 ans

A fond la forme ! Tu as une demi-journée pour rivaliser d'audace et sentir l'adrénaline monter en toi le long

des parcours dans les arbres. Tu en veux plus !! Essaie le parcours sensations! Tel un artiste de l'équilibre, tu n'es plus attaché... mais rassure-toi une immense nappe de filet et là pour te retenir, et puis, tu seras encadré par une équipe de professionnels. Allez lance-toi ! Tu veux connaître les sensations d'un cascadeur qui saute de 3 étages ? Alors l'Air Bag Aventure est fait pour toi ! Adapté à partir de 1,55 m bras levés (soit 7-8 ans). Parcours « Pitchouns » pour ton frangin ou ta frangine à partir de 3 ans accompagnés d'un adulte. Il ou elle pourra se lancer sur le parcours jaune en toute sécurité par une ligne de vie continue. Mais aussi à partir de 3 ans : jeux gonflables, toboggans, jeux à ressort...

▶ Prévoir 1/2 journée minimum • A partir de 12 € jusqu'à 45 € • Tarif famille • Tu peux amener ton petit frère ou petite sœur, en poussette seulement prés des jeux gonflables, et aussi tes grands-parents pour te prendre en photo... • Ouvert d'avril à septembre les week-ends et en semaine sur réservation, et tous les jours en juillet et août • Lieu : Aventure Parc - Saint-Pierre-de-Trivisy - ✆ 05 63 73 09 03 - 06 81 88 02 04 - www.aventure-parc.fr/stpierredetrivisy/ - courriel : aventureparc.saintpierre@gmail.com

Défends ton territoire au Paint Ball

Activité extérieure à partir de 12 ans

Equipé d'un masque de protection et d'un lanceur (ou marqueur) propulsant des billes de gélatine colorée viens t'opposer à une autre équipe (tes copains, ta famille...). Tu joueras pour récupérer un drapeau situé dans la base adverse que tu ramèneras dans ton camp. Le jeu est mené d'une main de maître par un animateur confirmé. La partie se déroule en pleine forêt au milieu d'obstacles et de caches pour te camoufler. Partie endiablée assurée !

▶ Prévois une paire de basket • Une combinaison est fournie • Pour déjeuner, un espace snack est à ta disposition dans Aventure Parc • Tarif : 22 €/personne • Ouvert d'avril à septembre les week-ends et en semaine sur réservation, et tous les jours en juillet et août • Lieu : Aventure Parc - Saint-Pierre-de-Trivisy - ✆ 05 63 73 09 03 / 06 81 88 02 04 - www.aventure-parc.fr/stpierredetrivisy/ - courriel : aventureparc.saintpierre@gmail.com

Graine d'Artiste

De 8 à 12 ans

Tu aimes créer ! Alors, l'atelier « scrapbooking » tu adopteras ! Pendant 2 heures, avec l'aide de Sophie, tu mettras en scène tes photos préférées et de tes doigts naîtront des œuvres originales.

▶ Tarifs : 12 €/personne • Si plusieurs membres de la même famille : 10 € à partir de la 2ème personne • Amène 4 ou 5 photos de ton choix. Tout le matériel est fourni • Ateliers tous les 15 jours à partir de juin et à partir de 4 personnes inscrites • Inscription obligatoire à l'Office du Tourisme de Saint-Pierre-de-Trivisy au 05 63 50 48 69 ou auprès de Sophie 06 72 75 41 71 • scrapandso.canalblog.com - sophie.pradalie@orange.fr - www.saint-pierre-de-trivisy.net

Des histoires et des jeux à « gogo » !

De 4 à 10 ans

Viens, avec tes parents, découvrir l'univers de mystérieux personnages... Le mardi tous les 15 jours de 16h à 17h à la Biblioteca (du 8 juillet au 19 août 2014) Françoise te propose un conte suivi de jeux faisant appel aux 5 sens (odorat, vue, toucher, goût et ouïe). Activité gratuite. Ton frère, ta sœur de moins de 4 ans ou de plus de 10 ans peuvent partir à la découverte de la Bibliothèque à travers les livres adaptés à son âge.

▶ Lieu : La Biblioteca - Saint-Pierre-de-Trivisy • Contact : Association Marcel Guiraud au 05 63 59 38 73 ou 05 63 40 42 22 - Courriel : bibliotheque@labiblioteca.fr

A fond les glissades !

Activité extérieure à partir de 6 ans

Viens t'élancer sur les toboggans aquatiques et découvrir de nouvelles sensations. Tu as au moins 6 ans, le long toboggan à virages t'attend avec tes parents. Si tu as 8 ans, tu peux profiter, en plus, du Pentagliss 4 pistes. N'oublie pas le bassin de natation avec cascade pour les jeux en famille ou pour, tout simplement, appréhender le milieu aquatique. Pour les plus petits (de 12 mois à 6 ans) 2 pataugeoires : le haricot pour les bout'chous (de quelques mois à 3-4 ans) et la ronde (pour les enfants à partir de 4 ans et +). Après l'effort, le réconfort, profite de l'espace ombragé ou non, pour piquer un petit somme, et déguster une bonne glace ou une crêpe au Nutella au Parissou !

▶ Aqua-Monts est ouvert le mercredi, samedi et dimanche de 10h à 12h et de 14h à 18h du 14 juin au 30 juin 2014 • En juillet et août, du lundi au dimanche de 11h à 19h. Nocturne gratuite les mercredis soirs de l'été 19h à 23h • Tarifs : Gratuit pour les moins de 6 ans, 2,20 € pour les 6 à 15 ans, 3,20 € à partir de 15 ans • Formule carte abonnement 7 entrées (carte nominative) • Le + famille : Carte Pass-Activités : 20 € (comprenant au max 5 entrées piscine, mini-golf, tennis, vtt) • Lieu : Saint-Pierre-de-Trivisy - ✆ 05 63 50 48 69 - 05 63 73 07 06 - www.saint-pierre-de-trivisy.net - Courriel : tourisme@saint-pierre-de-trivisy.net

34 Vétérinaire cherche assistant...

De 6 à 12 ans

Deviens assistant vétérinaire et prends soin des poneys et chevaux. Boomer, Apache, Canelle et leurs copains, t'attendent avec impatience pour leurs soins quotidiens. Avec l'aide d'Isabelle, tu vas découvrir le monde des équidés (sensibilisation, pansage, soins, entretien de leur environnement, promenade...). Avant de partir, et pour te remercier des soins que tu as prodigués, Dominique aura le plaisir de t'offrir quelques friandises...

▶ Activité à faire en famille • La poussette du petit frère ou de la petite sœur est la bienvenue • Table de pique-nique à disposition • Durée approximative de l'activité : 2h • Tarifs : 6 € goûter compris, 3 € à partir de 3 enfants • Horaires : Pendant les vacances scolaires, réserve ton activité auprès de l'association equ'ilvive • Lieu : La Bardonnié - Saint-Pierre-de-Trivisy - ✆ 05 63 73 45 21 - 06 75 65 52 33 - 06 89 05 81 52 - www.equilvive.org - equilvive.contact@orange.fr

35 A la découverte du Musée

Musée de France

De 12 à 15 ans seul ou accompagné d'un adulte

Muni d'un guide de visite que tu pourras demander à l'accueil, amuse-toi à découvrir le musée et ses trésors... QCM, mots mêlés, etc. t'attendent !

▶ Durée de l'activité : environ 1h • Jeu gratuit pendant toute la période d'ouverture du musée • En saison (juillet-août-septembre) tous les jours 10h-12h/14h30-18h30 (visites guidées à 10h30, 15h et 16h30) sauf mardi et dimanche 14h30-18h30 (visites guidées à 15h et 16h30) • Hors saison : du lundi au samedi 14h-17h (visites libres), dimanches et jours fériés 14h-18h (visites guidées à 14h30 et 16h) • Musée fermé du mi-décembre à mi-mars (sauf pour les groupes sur réservation) • Tarifs 2014 : adulte 4 €, groupe et étudiant 3 €, enfant +10 ans 1 € • Musée du Protestantisme - De la Réforme à la Laïcité - La Ramade - 81260 Ferrières - ✆ 05.63.74.05.49 - secretariat.mprl@gmail.com - www.mprl.fr

36 Mène l'enquête au Musée

Musée de France

De 6 à 11 ans accompagné d'un adulte

Activité pour les 6-11 ans accompagnés d'un adulte. Ouvre bien les yeux et les oreilles, munis-toi d'un crayon et transforme toi en un « super enquêteur » !

Demande ton dépliant d'enquête à l'accueil et tout au long de la visite complète-le pour résoudre l'énigme et obtenir ton diplôme de détective en repartant.

▶ Durée de l'activité : environ 1h • Jeu gratuit pendant toute la période d'ouverture du musée • En saison (juillet-août-septembre) : tous les jours 10h-12h/14h30-18h30 (visites guidées à 10h30, 15h et 16h30) sauf mardi et dimanche 14h30-18h30 (visites guidées à 15h et 16h30) • Hors saison : du lundi au samedi 14h-17h (visites libres), dimanches et jours fériés 14h-18h (visites guidées à 14h30 et 16h) • Musée fermé de mi-décembre à mi-mars (sauf pour les groupes sur réservation) • Tarifs 2014 : adulte 4 €, groupe et étudiant 3 €, enfant +10 ans 1 € • Musée du Protestantisme, De la Réforme à la Laïcité - La Ramade - 81260 Ferrières - ✆ 05.63.74.05.49 - secretariat.mprl@gmail.com - www.mprl.fr

37 Seras-tu élu Chevalier ou Gente Dame des Bois ?

Jeu de 8 à 13 ans accompagné d'un adulte

Pars à la recherche de la devise perdue des Seigneurs de Lacaze en compagnie de la Fée des Bois qui vit dans le château. Elle te fera visiter les expositions artistiques qui s'y trouvent et te conduira au travers du village pour t'aider à résoudre cette énigme. Un cadeau surprise te sera alors remis à l'accueil du château.

▶ Jeu gratuit de mai à septembre au château de Lacaze • Ouvert tous les jours de 15h à 18 h sauf le lundi de juin à septembre, les jeudis, vendredi, samedi et dimanche en mai• • Durée : 1h à 1h30 • Puzzles d'art proposés aux plus petits à partir de 3 ans• Ateliers d'artistes pendant la saison; calligraphie, enluminure et découverte de l'histoire de l'écriture (gratuit et ouvert à tous) • Pendant les journées du patrimoine de 10h à 12h30 et de 14h à 18h : ateliers de calligraphie • Ateliers de création de jeux Moyenâgeux sur demande pour les groupes • Contacts : Château : 05 63 73 06 14 - Mairie : 05 63 37 55 98

38 A la recherche du sourcier

Activité extérieure de 7 à 12 ans accompagné d'un adulte

Vabre a perdu son sourcier. Veux-tu nous aider à le retrouver ? Par un beau matin d'été (de juin à septembre) passes au Syndicat d'initiative de Vabre pour récupérer ta baguette de sourcier. Tu n'as besoin que d'un crayon et de bonnes chaussures.

▶ S'il y a un bébé dans ta famille dis à tes parents de prendre un porte-bébé car les poussettes ne passent pas car il y a des escaliers • Mais tu pourras les rassurer il y a deux aires de repos sur le parcours • Jeu gratuit - Durée 2h • Renseignements : syndicat d'initiative de Vabre : 05 63 50 48 75 - courriel : sivabre@wanadoo.fr

Les Villages Arc-en-Ciel

On te propose, dans chacun des 7 villages de « l'Arc-en-ciel » un jeu ou un défi sur les « Pauses Détente Nature ».

Retrouve-les dans chacun des villages.

Si tu as le temps de faire les 7, c'est génial !

Sinon prouve-nous que tu en as fait au moins 3 (en donnant les couleurs de l'arc en ciel correspondant à chaque village : Castelnau-de-Brassac, Ferrières, Le Margnès, Le Masnau-Massuguiès, Saint-Pierre-de-Trivisy, Saint-Salvi-de-Carcavès et Vabre) et rejoins-nous à l'Office du Tourisme de Saint-Pierre-de-Trivisy, ou au Syndicat d'Initiative de Vabre (uniquement le matin) ou au château de Lacaze (l'après-midi).

Un cadeau-surprise t'y attend...

Attention ! Pour certains jeux ou défis, des explications sont plus que nécessaires. Sophie, à Saint-Pierre-de-Trivisy, et Daniel, à Vabre le matin et à Lacaze l'après-midi, t'expliqueront tout ce qu'il te faut savoir.

39 Le Jeu de Vabre : L'Arc-en-ciel des « Labans »

A partir de 5 ans accompagné d'un adulte

Ici, sur ce lieu des mystérieux « Labans » est caché l'arc-en-ciel. Recherche-le pour compléter ta collection des couleurs de l'arc-en-ciel.

▶ Jeu gratuit • Renseignements : syndicat d'initiative de Vabre - ✆ 05 63 50 48 75 • courriel : sivabre@wanadoo.fr

40 Es- tu un Robinson de la forêt ?

Jeu extérieur pour les 6-10 ans accompagnés d'un adulte

Deviens toi aussi un vrai Robinson de la Forêt ! Aide Monsieur Cahouète, notre malin écureuil à faire ses provisions pour l'hiver. Tu auras besoin de chaussures fermées pour déambuler dans la forêt, d'un sac pour faire la récolte de nourriture et de feuilles, d'eau et d'un goûter si tu as soif et faim au cours de l'aventure et enfin d'une canne à pêche qu'un adulte peut t'aider à porter. N'hésites pas à prendre avec toi un ou des adultes, on verra bien qui est le plus doué... ! Demande ta feuille de route et ta canne à pêche à l'Office du Tourisme.

▶ Impossible de vivre cette aventure en poussette, et ton petit frère ou une petite sœur de moins 6 ans aura du mal à te suivre dans ton aventure • Participation au jeu : 3 € • Durée du jeu : environ 2h00 • De mai à octobre • Lieu : Saint-Pierre-de-Trivisy - ✆ 05 63 50 48 69 - www.saint-pierre-de-trivisy.net - tourisme@saint-pierre-de-trivisy.net

41 La balade du petit naturaliste

Activité extérieure de 7 à 10 ans avec un adulte

Tu aimes la nature, tu es sportif ? Viens faire le parcours du petit naturaliste. Prends ta tenue d'aventurier : tes bonnes chaussures, ta veste, tes crayons de couleurs et ton goûter et n'oubli pas ton appareil photo, tes parents seront tes photographes.

▶ Attention préviens tes parents, dans cette aventure il n'y pas de place pour une poussette ! Si tu as un petit frère ou une petite sœur il leur faudra un porte bébé • Attention c'est une longue aventure (2 heures) mais heureusement il y a une aire de repos sur le parcours • Lieu : Castelnau-de-Brassac

42 Jeu de l'oie à Ferrières

A partir de 5 ans accompagné d'un adulte

Paul est en vacances à Ferrières chez ses grands-parents. Comme lui, actionne la machine à remonter le temps et découvre à travers ce Jeu de l'Oie grandeur Nature, des personnages, des évènements et des lieux qui ont marqué l'histoire de notre région ! Pour jouer actionne notre machine à remonter le temps. Le dé t'aidera à suivre le fil de l'histoire. Seul, c'est bien de jouer mais à plusieurs c'est encore mieux !

▶ Tu trouveras ce Jeu de l'Oie à La Ramade, à environ 200 mètres du Musée du Protestantisme (de la Réforme à la Laïcité) • Accès gratuit • Des tables de pique-nique sont à la disposition de ta famille pour une pause-goûter, par exemple !

Pour avoir plus de renseignements, tu peux t'adresser aux offices de tourisme des Hautes Terres d'Oc

Sidobre Tourisme

Site : www.sidobre.tourisme-tarn.com

- **Maison du Sidobre**
  Vialavert - 81260 Le Bez • ✆ 05 63 74 63 38
  Courriel : tourisme.sidobre@gmail.com
- **Syndicat d'initiative de Roquecourbe**
  7, place de la Mairie - 81210 Roquecourbe
  ✆ 05 63 70 73 47 (en juillet et août)
  ou 05 63 75 80 29 le reste de l'année
  Courriel : roquecourbe.syndicat.initiative@wanadoo.fr
- **Syndicat d'initiative du Pays brassagais**
  Mairie - 81260 Brassac • ✆ 05 63 74 56 97
  Courriel : si.pays.brassagais@orange.fr

Tourisme en Vallée du Gijou toute l'année en alternance

- **Relais nature de la Maison de la Vallée**
  Pont de Sénegats - 81330 Lacaze
  ✆ 05 63 74 54 05 • Courriel : valleegijou@nordnet.fr
  Site : http://perso.nornet.fr/associationvalleedugijou
  Ouvert du 1er octobre au 31 mai du lundi au vendredi de 9h30 à 12h00 et de 15h à 18h.
- **Syndicat d'initiative de Vabre**
  8, rue vieille - 81330 Vabre • ✆ 05 63 50 48 75
  Courriel : sivabre@wanadoo.fr • Ouvert du 1er juin au 30 septembre du mardi au samedi de 9h30 à 12h30
- **Château de Lacaze**
  Le Bourg - 81330 Lacaze
  ✆ 05 63 74 56 97
  Ouvert du 1er juin au 30 septembre

de 15 h à 18 h.

Office de Tourisme des Monts de Lacaune

Hôtel de ville - 81230 Lacaune-les-Bains
Courriel : contact@tml81.fr
Site : www.tourisme-montsdelacaune.com

- **Bureau d'information touristique de Lacaune-les-Bains**
  Place Général de Gaulle - 81230 Lacaune-les-Bains
  05 63 37 04 98 • Courriel : lacaune@tml81.fr
- **Bureau d'information touristique du lac du Laouzas**
  Rieumontagné - 81320 Nages • ✆ 05 63 37 06 01
  Courriel : laouzas@tml81.fr

: 8 km

- **Bureau d'information touristique de Murat-sur-Vèbre**
  81320 Murat-sur-Vèbre • ✆ 05 63 37 47 47
  Courriel : murat@tml81.fr
- **Bureau d'information touristique de Viane**
  Place de la Mairie - 81530 Viane • ✆ 06 42 45 68 31
  Courriel : viane@tml81.fr

Syndicat d'Initiative d'Anglès

81260 Anglès • ✆ 05 63 74 59 13

Courriel : si.angles@wanadoo.fr

Office de Tourisme de Saint-Pierre-de-Trivisy

14, place du 19 mars 1962 - 81330 St-Pierre-de-Trivisy
✆ 05 63 50 48 69 • Fax. 05 63 50 48 57
Courriel : tourisme@saint-pierre-de-trivisy.net
Site : http://www.saint-pierre-de-trivisy.net

Office de Tourisme de La Salvetat-sur-Agout

Place des archers - 34330 La Salvetat-sur-Agout
✆ 04 67 97 64 44
Courriel : salvetat.tourisme@orange.fr
Site : www.salvetat-tourisme.fr

Office de Tourisme des Monts de l'Espinouse

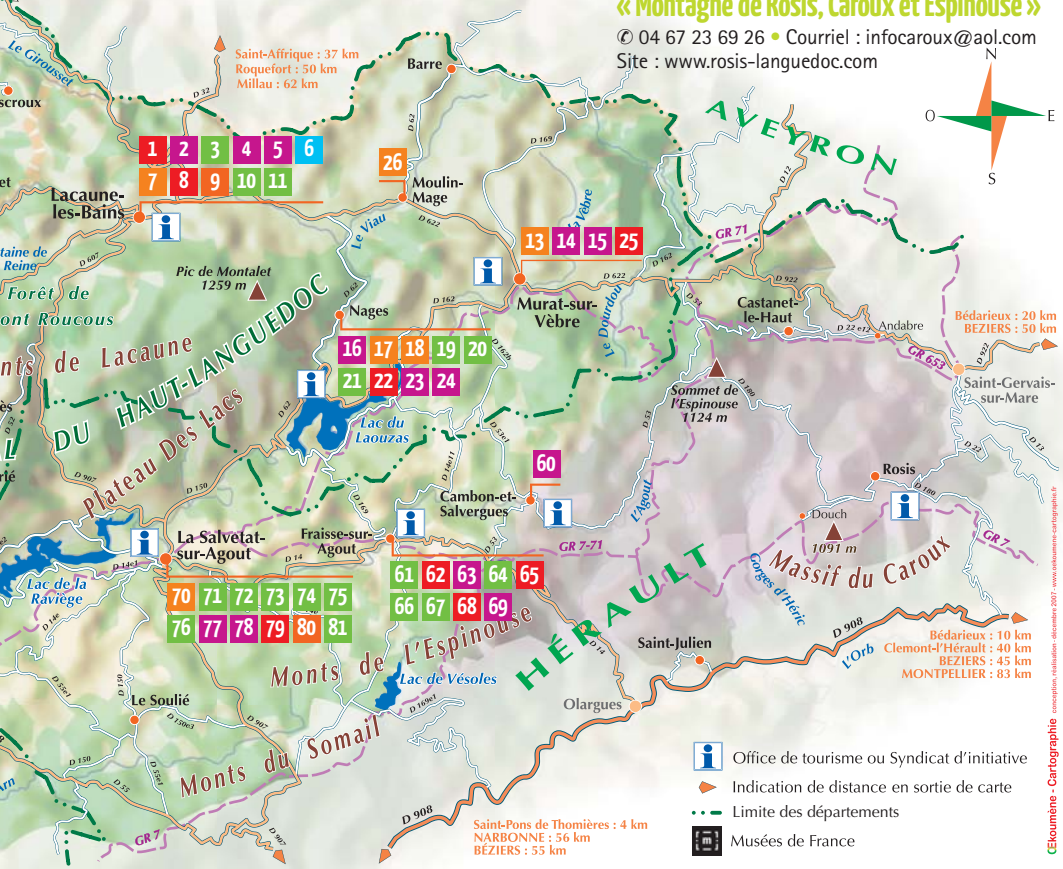
Route de La Salvetat – 34330 Fraïsse-sur-Agout
✆ 04 67 97 53 81 • Courriel : ot-espinouse@wanadoo.fr
Site : www.ot-espinouse.fr

Point info tourisme de Cambon-et-Salvergues

34330 Cambon et Salvergues • ✆ 04 67 97 61 00
Courriel : cambon34@hautlanguedoc.fr

Point info tourisme « Montagne de Rosis, Caroux et Espinouse »

✆ 04 67 23 69 26 • Courriel : infocaroux@aol.com
Site : www.rosis-languedoc.com



©Ekoumène - Cartographie conception, réalisation - décembre 2007 - www.ekoumene-cartographie.fr

43 Le petit Géo Trouvetout

Activité extérieure de 6 à 10 ans avec un adulte

Tu aimes la science ? Tu es un petit débrouillard ? Viens le prouver en aidant Monsieur Géo Trouvetout qui travaille sur les éoliennes du Margnès. Si tu veux l'aider il te faudra seulement un crayon, des bonnes chaussures, une veste (il y a du vent bien sûr !) sans oublier de quoi boire.

▶ Si dans ta famille il y a un bébé il vaut mieux prévoir un porte-bébé • Lieu : Le Margnès au pied des éoliennes.

44 Le p'tit boucher détective

A partir de 6 ans accompagné d'un adulte

Je suis sûr que tu aimes manger la bonne viande de notre campagne. Mais connais-tu les différentes parties du bœuf ? Grâce aux différents indices dessinés sur le panneau (que tu dois retrouver), et de l'aide d'un adulte, replace au bon endroit les différentes parties du Bœuf.

▶ Lieu : Le Masnau-Massuguiès

45 Es-tu un indien « Oeil de lynx » ?

Activité extérieure de 5 à 8 ans avec un adulte

Si tu aimes marcher comme un indien, si tu résous les énigmes comme un Sioux, vas à l'Office du Tourisme de St-Pierre de Trivisy, ou à Vabre (le matin) ou encore au château de Lacaze (l'après-midi), tu y trouveras la carte qui te permettra d'aller à la table d'orientation de Saint-Salvi-de-Carcavès. Mais attention il te faudra de bonnes chaussures et du souffle car cela monte.

▶ Si tes parents veulent emmener ton petit frère ou ta petite sœur il leur faudra un porte-bébé et pas une poussette • Heureusement il y a une aire de pique nique pour se reposer et se restaurer • Durée du jeu 1h • Lieu : Saint-Salvi-de-Carcavès

Sidobre - Val d'Agoût

46 Deviens le chasseur de pierres du Sidobre

Activité extérieure à partir de 6 ans

Le Sidobre, site géologique unique en France par ses rivières de rochers et ses pierres aux formes fantastiques et mystérieuses, t'attend pour jouer, sauter, apprendre. C'est sur les 15 sites majeurs du Sidobre que nous t'invitons à venir fabriquer un piège à souvenirs, un herbier, à faire la course avec un escargot, à reconnaitre les pierres, écouter les légendes... Tu pourras parcourir les 4 sentiers sur lesquels tu te transformeras tour à tour, en tailleur de pierre (Peyro Clabado) ou en premier habitant du Sidobre (Peyremourou). Tu découvriras aussi la formation du granit (« Le Granitoscope » de la Maison du Sidobre), mais fais bien attention de ne pas te laisser prendre au piège du labyrinthe (Crémaussel). Rend-toi dans les différents points d'informations touristiques du Sidobre pour te procurer le livret « Dont tu es le Héros » Puis, pars à l'aventure, à ton rythme, sur une journée ou petit bout par petit bout dans tout le Sidobre... Mais n'oublie pas ! La marque des chasseurs de pierres est cachée sur 3 sites... Ta mission, si tu l'acceptes, sera de la reconstituer et de compléter la devise. Rendez-vous ensuite à la Maison du Sidobre pour valider ta quête et récupérer ton diplôme !

▶ Lieu : départ à la Maison du Sidobre à Vialavert - 81260 Le Bez • Aventure : dans tout le Sidobre • Livret gratuit et disponible dans tous les points d'informations du Sidobre • Horaires : le mercredi à 15h et le jeudi à 15h • Attention, écoute bien ce que te diront les hôtesses pour savoir comment il faut s'équiper et quels sont les endroits où tu pourras aussi amener ton petit frère ou ta petite sœur.

47 Sidobre, le monde du granit

A partir de 6 ans accompagné d'un adulte

Equipé d'un casque de chantier et accompagné de tes parents, tu iras depuis les carrières où l'on extrait le granit jusqu'aux ateliers de transformation où il devient élément de décoration, bordures de trottoir, escaliers ou pierres tombales.

▶ Durée 1h30 • Prévoir une tenue permettant de rester dehors s'il pleut ou s'il y a beaucoup de soleil • Chaque mercredi à 15h et jeudi à 15h en juillet et août • Tarif : 4 € pour les 6/12 ans - 6 € pour les adultes • Les plus petits peuvent suivre la visite en poussette • Réservation à la Maison du Sidobre : ✆ 05 63 74 63 38

48 Fabrique ton carnet de voyage

Activité intérieure et extérieure à partir de 5 ans

Viens fabriquer ton « carnet de voyage », qui te permettra de créer des souvenirs de visite qui n'appartiendront qu'à toi... Des activités ludiques, insolites et poétiques mais aussi « tout terrain » que le personnel de l'Office de Tourisme te propose de venir réaliser. Après le visionnage d'une petite vidéo très amusante, accompagné de tes nouveaux guides, tu te rendras sur le sentier d'interprétation de l'Office de Tourisme pour commencer

à écrire tes propres aventures dont la suite sera à découvrir dans le reste du Sidobre.

▶ Lieu : Maison du Sidobre à Vialavert - 81260 Le Bez • Durée : environ 1 h • Tous les mercredis en Juillet et Aout à 10h30 • Tarif : 4 € par enfant pour l'atelier • Tarif du carnet de voyage seul : 3 € disponible toute l'année dans tous les points d'informations touristiques du Sidobre • Sur réservation à l'office de Tourisme du Sidobre : ✆ 05 63 74 63 38

49 Les balades de Jo

Activité extérieure à partir de 8 ans

Une découverte en famille des mystères et légendes du Sidobre ou diables, sorcières et jeunes bergères dansent la farandole avec les géants de Granit. Jo, le conteur, vous fera découvrir la formation du Sidobre à la lueur d'une lampe de poche.

▶ Durée 2h30 • Prévoir lampe de poche, vêtements chauds et chaussures de marche • Tarif : 2.50 € pour les enfants de 8 à 12 ans - 4 € par adulte • Réservation obligatoire à l'Office de Tourisme du Sidobre - ✆ 05 63 74 63 38

50 Viens découvrir la formation et le travail du granit à La Maison du Sidobre !

Activité extérieure à partir de 6 ans

Mica, feldspath et quartz sont les trois « ingrédients » de la recette magique du granit, cuisinée il y a 300 millions d'années... Là, bien enfoui entre 20 et 30 km de profondeur, ce magma en fusion à plus de 600°C a patiemment laissé le temps travailler pour lui... Puis, l'érosion naturelle a permis au granit en surface de s'habiller de formes féeriques... Viens faire tourner le « granitoscope » de la Maison du Sidobre qui te racontera cette fabuleuse histoire grâce à une animation visuelle insolite... Tu pourras ensuite te promener sur le sentier d'interprétation qui te dévoilera les secrets du travail du granit (sculptures, bains de soleil...).

▶ Lieu : Maison du Sidobre à Vialavert - 81260 Le Bez • Tarif : gratuit • Possibilité d'accéder au « granitoscope » et au sentier d'interprétation à tout moment (en extérieur).

51 Le voyage médiéval

De 6 à 12 ans

« Oyez oyez damoiselles et damoiseaux. Venez remonter le temps jusqu'à l'époque des chevaliers et des princesses avec Dame Marie-Aurélie de la Ferrière, fantôme du village de Burlats. Vous découvrirez la vie d'Adélaïde et de son époux Roger II de Trencavel. Au passage vous apprendrez à fabriquer des cierges en cire d'abeille unique mode d'éclairage à cette époque ».

▶ Durée 45 minutes • Voir dates à l'office du Tourisme du Sidobre • 5 € par enfant • 12 enfants maximum • Réservation à l'Office de Tourisme du Sidobre - ✆ 05 63 74 63 38

52 Le petit Sidobrien

A partir de 5 ans

Comme le petit Sidobrien, qui doit sculpter la montagne des dieux, tu dois chercher le trésor du vieux sage Jean. Dans son atelier, tu trouveras mille pierres de la terre : la pierre des obélisques de l'Egypte ancienne, la belle bleue du Zaïre, les splendides gogotes, la corne et la géode du Brésil, le vieux poisson de 200 millions d'années... et surtout les plus belles pierres du Tarn, aux couleurs chatoyantes, de calcédoine d'or et de quartz. Observe toutes ces pierres, elles sont toutes de...ta Terre. Pas à pas, tu chercheras les traces des peiraires et, chez Jacques le sculpteur de la montagne, tu traceras ta pierre... Donne le mot secret et tu recevras ton parchemin du « vrai petit sidobrien, tailleur de pierre ».

▶ Rendez-vous à Lacrouzette à coté de la Peyro Clabado à l'Espace Jean Cros • ✆ 06 45 44 94 94 • L'aventure dure 1h30 maximum • Les parents participent à cette découverte • Tarifs : enfants : 4 € (réduction à partir du 3ème enfant) - Adultes : 6 € • Tous les lundis de l'été de 10h30 à 12h00 • Un minimum de famille est requis • Bar et petite restauration à base de produits locaux au « Vieux Chantier » et espace aménagé pour la famille, site frais et ombragé pour les bébés • Parking près de l'accueil

53 Les Poneys de Julie

De 6 à 12 ans

Pendant tes vacances d'été, Julie t'attends avec ses poneys à la ferme équestre de la Sabatarié tout proche du site du Sidobre. Lune, Bamby, Fleur et les autres... vont te faire découvrir les joies de la randonnée que tu vas partager avec d'autres copains cavaliers ! Mais tout d'abord, il faut apprendre à t'occuper de ton poney : le brosser, lui nettoyer les sabots, installer sa selle et surtout lui donner mille caresses ! Enfin nous partons en promenade au bord de la très sauvage vallée de la Durencuse. Alors n'attends plus et rejoins nous vite le jeudi ou le dimanche de 15h à 17h30.

▶ Tarifs : ½ heure 12 €, 1h 20 € et 2h 35 € par enfant • Les Ecuries de la Sabatarié - Pascal, Magali et Julie - Brassac - ✆ 05 63 74 51 77 et 06 48 70 93 23 • Prévoir un petit goûter • Ta tenue : un pantalon long et des chaussures fermées • Tes parents peuvent t'accompagner pendant la sortie

54 A la recherche de l'Escriboto

A partir de 6 ans accompagné d'un adulte

A Brassac, l'espace d'un instant, retourne en plein cœur du Moyen Age et aide le Vicomte Joli de Brassac à retrouver sa fiancée l'Escriboto, enlevée par les Sarrasins pendant qu'il était en guerre. A l'aide d'un livret de jeux et d'énigmes, suis les traces de la princesse grâce aux indices que tu trouveras en route.

▶ L'aventure dure 1h30 à travers des lieux incontournables du village de Brassac • Viens chercher le livret d'enquête au Syndicat d'initiative et, si tu retrouves la princesse, le Vicomte te récompensera • Jeu gratuit • Syndicat d'initiative du Pays Brassagais - Place de l'hôtel de Ville - 81260 Brassac - ✆ 05 63 74 56 97 - www.sibrassac.net

55 Ateliers Créatifs pour les enfants

Activité intérieure à partir de 7 ans

Viens exprimer ta créativité et titiller ton inventivité à travers différents ateliers ludiques et originaux animés par les artisans de l'Art et la Matière tels que la poterie, la confection de bijoux, la peinture sur soie et sur porcelaine, la couture, la fabrication de meubles en carton...et bien d'autres activités manuelles qui te permettront de passer un moment agréable à Burlats !

▶ Dates : 12 et 13 avril, 28 et 29 juin, 20 et 21 septembre 2014 • Autres dates sur demande au 05 63 35 67 48 ou 06 14 63 99 08• Tarifs (atelier de 2 à 3 heures) : de 20 à 30 € (le tarif comprend le matériel) • Les ateliers sont animés par les artisans de l'Art et la Matière et les adultes peuvent y participer • Accès poussettes et handicapés • Le parking et les toilettes sont à ta disposition • Lieu : Le Moulin des Sittelles - 81100 Burlats - ✆ 05 63 71 09 83 • Intervenants : les artisans.

56 Missègle et le mohair

A partir de 6 ans

Pars à la découverte du mohair en compagnie de tes parents, tu pourras visiter l'atelier de fabrication de chaussettes et ses différentes machines à tricoter, observer la technique de remaillage et actionner toi même la machine à retourner les chaussettes. Nous te présenterons ensuite un petit film qui te montrera la transformation de la fibre mohair, de la tonte de la chèvre à la fabrication de vêtements.Un petit atelier ludique pour les enfants pendant que les parents s'attardent à la boutique... et un cadeau surprise en souvenir.

▶ Rendez-vous à Lafontasse (D622) • Tarifs : Enfant : 3 € - Adulte : 5 € • Visite de 1 heure • Les jeudis à 14h30 toute l'année • En période estivale (de la deuxième semaine de juillet à fin août) le mardi et mercredi à 11h et le jeudi à 14h30 • Le parking est sur place et des toilettes sont à ta disposition • Atelier de Tricotage de Missègle - ✆ 05 63 51 09 86.

57 Bougez et vivez en VTT au cœur du Parc naturel régional du Haut-Languedoc

Activité extérieure à partir de 8 ans

En famille, nous laisserons le village de Brassac pour remonter sur les traces du petit train, en direction du moulin de record. Après une pause, nous irons sur des sentiers forestiers au bord de l'Agout. Le départ se fera de la place de la Mairie de Brassac le mardi et vendredi de l'été (sur réservation) à 10h.

▶ Durée de l'aventure : 2h30 • N'oublies pas : ton VTT en bon état, un casque, des chaussures fermées, un tee-shirt manche courte et un petit sac avec un coupe-vent, de l'eau et un encas • Un casque te sera prêté si tu as oublié le tien • Tarif : Famille ou groupe de 4 à 10 personnes : 18 € par personne • Organisateur : Itinérance Thierry Jalbaud - Roquecourbe - ✆ 05 63 75 12 11 ou 06 77 11 12 06 - thierry@itinerance-vtt.com

58 Sainte-Juliane Mystérieuse et Sacrée

A partir de 5 ans accompagné d'un adulte

Prends-le temps de marcher sur les traces de nos ancêtres et pars à la découverte d'un lieu mystique.Aidé par tes parents, découvre l'histoire de Sainte-Juliane. Relève tous les défis de Feuillette, ton guide pour cette aventure, et repars avec ton diplôme d'aventurier !

▶ La visite du site se fait en ¾ d'heures, toute l'année, et n'est pas accessible en poussette • Le site est en plein-air, il n'y a pas de toilettes sur place et il est recommandé d'être bien chaussé pour appréhender les 3 km de marche à pied • Le site est libre d'accès mais le petit guide de visite est à disposition au syndicat d'initiative au tarif de 1 € • Lieu : Roquecourbe

Montagne du Haut-Languedoc

59 Petit Pêcheur sur le plan d'eau du Roussinas

Activité extérieure tout public

Le Parc Résidentiel du Roussinas s'étend sur 12 hectares et t'accueille toi et ta famille dans un site de verdure

unique. Ses chalets meublés surplombent le lac de 3 hectares, à proximité du village d'Anglès, à 750 m d'altitude. Son lac est ouvert toute l'année pour la pêche, et tu peux y pêcher tous les jours et payer tes prises au kilo. Pour les pêcheurs extérieurs au Parc une entrée leur est demandée (4 €). Nous organisons aussi des animations : le 1er Mai, Triathlon spécial familles (Pêche-Pétanque-Badminton) équipes de 2. Ouvert à tous. Le 13 Juillet un concours de pêche, également ouvert à tous.

▶ Si tu n'es pas résident du Parc, une entrée de 4 € te sera demandée. • Contact : M. et Mme Moise, parc Résidentiel de Loisirs Le Roussinas - Anglès - ✆ 05 63 70 90 43 ou 06 03 05 23 41 - Courriel : roussinas@free.fr

60 Au carrefour des vents

Activité partiellement extérieure à partir de 6 ans

La visite de l'atelier pédagogique « Energie éolienne » proche des gîtes La Clairière à Cambon et Salvergues, te fera découvrir, grâce à une exposition, une maquette et un diaporama, pourquoi et comment un parc éolien a été développé sur ce territoire et surtout comment fonctionnent ces grands moulins à vent. Ventada, notre mascotte, t'accompagnera sur le chemin du vent « A la rencontre des paysages d'Éole », sentier de découverte qui te permettra d'observer l'intégration du parc éolien de Cambon dans le paysage au moyen de panneaux pédagogiques.

▶ Visite guidée de 2h30 • Parcours de 5,7 km (raccourci possible : le parcours fait 4 km, la visite dure 1h45) • Tous les mercredis, en juillet et août, de 14h00 à 16h30 • Tarif : nous consulter • Gratuit pour les moins de 12 ans • Livret de visite gratuit sur place • Contact : Point Info Tourisme - ✆ 04 67 97 61 00 - gites-laclairiere@orange.fr

61 En balade avec un âne...

Activité extérieure à partir de 3 ans

Sur son dos ou en marchant à côté, accompagné de tes parents, découvre les paysages du Haut-Languedoc avec un compagnon aux longues oreilles... Apprends à guider et à prendre soin de l'âne en randonnant avec lui. Prends le temps de préparer l'âne qui va t'accompagner. Choisis pour lui un endroit où il pourra brouter le temps de la pause. Pars à la demi-journée, au frais le long de la rivière, ou à la journée vers le petit lac de Vésoles pour une pause pique-nique rafraîchissante.

▶ A partir de 3 ans, les enfants peuvent monter sur l'âne et/ou marcher à ses côtés, en dessous de cet âge les parents devront les porter • Tarif : 30 € pour un âne pour une demi-journée, 48 € pour une journée, tarifs dégressifs pour plusieurs ânes • Prévoir des chaussures fermées et adaptées à la marche • Lieu de l'activité : les territoires des communes de Fraïsse-sur-Agoût et de la Salvetat-sur-Agoût • Contact/réservation : Les randonnées des Signoles - Jim Ronez - Courriel : info@signoles.com ou ✆ 06 83 09 58 37 / 04 67 97 52 93

62 Deviens guide-explorateur au cœur du village de Fraïsse-sur-Agout

Activité extérieure à partir de 5 ans

Avec l'aide de l'inspecteur Rando et muni de tes fiches prises à l'Office de Tourisme, pars avec tes parents à la découverte du village. Tout au long du parcours tu trouveras des indices pour résoudre une énigme. 3 pochettes complètes (5/6 ans, 7/8 ans, 9/10 ans) sont disponibles à l'Office de Tourisme de Fraïsse, pour 1 € chacune. Ton enquête durera de 1h à 2h. Viens découvrir Fraïsse ses fleurs, sa rivière, son parcours de pêche etc...

▶ Ouvert toute l'année • Contact : Office de Tourisme des Monts de l'Espinouse - ✆ 04 67 97 53 81 - Courriel : ot-espinouse@wanadoo.fr

63 Du bois pour chauffer le village de Fraïsse-sur-Agout

Tout public

Entre dans l'atelier pédagogique situé au centre du village. Plusieurs panneaux t'expliquent que les énergies renouvelables sont à l'honneur dans notre montagne ; ici à Fraïsse c'est le bois. Grâce aux quatre boutons sur le pupitre, tu vas voir quatre petits films et tu suivras le chemin qui mène de l'arbre dans la forêt à la chaleur dans la maison. Observe la maquette du village, le tracé du réseau de chaleur s'illumine. Si tu vas ensuite à l'entrée de la chaufferie, tu trouveras des panneaux où les enfants de l'école communale ont dessiné à leur façon le système de chauffage du village.

▶ Informations à l'Office de Tourisme des Monts de L'Espinouse au 04 67 97 53 81 ou à la mairie au 04 67 97 61 14 - Site : www.ot-espinouse.fr – Contact : ot-espinouse@wanadoo.fr

64 A la pêche à la truite !

Activité extérieure tout public

Du pont sur la rivière Agout qui traverse le village de Fraïsse-sur-Agout, tu peux découvrir le parcours de pêche et voir de belles truites arc-en-ciel. Descends la petite rue, une truite dessinée au sol te montre le chemin. Demande une canne et des appâts, installe-toi sur le quai ou bien sur l'herbe de l'autre rive : à toi les beaux poissons ! Chaque truite pêchée coûte 1,90 €. Si tu prends une truite trop petite, ne la rejette pas

car elle ne survivrait pas, elle te sera offerte. Tu peux pêcher tous les week-ends hors saison et tous les jours en juillet et août, de 15h à 18h. (Pendant la période d'ouverture de la pêche)... Sois prudent : un hameçon, ça pique et le bord engazonné de la rivière peut être glissant. Bonne pêche... et bonne dégustation : ce soir, tu vas régaler toute la famille !

▶ Informations à l'Office de Tourisme des Monts de L'Espinouse au 04 67 97 53 81 ou à la mairie au 04 67 97 61 14 - Site : www.ot-espinouse.fr – Contact : ot-espinouse@wanadoo.fr

65 Un village magnifiquement fleuri et des arbres remarquables

Activité extérieure à partir de 8 ans

Dans toute la région Languedoc-Roussillon, seuls le village de Fraïsse-sur-Agout et la ville d'Alès ont obtenu le label « 4 Fleurs ». Promène-toi dans le village à la découverte des espaces verts ou fleuris. Le delphinium et la rose sont les fleurs emblématiques du village, mais tu en découvriras bien d'autres grâce aux étiquettes ou en questionnant un adulte. Sur la place de l'église, une grande feuille de frêne est dessinée au sol : le frêne est l'arbre qui a donné son nom au village. Une collection de frênes, tous différents, se trouve près de la Salle Polyvalente. A 300 m du village, sur la route de Lacaune, tu peux jouer sous les racines du grand hêtre millénaire et lire son histoire vraie et sa légende.

▶ Informations à l'Office de Tourisme des Monts de L'Espinouse au 04 67 97 53 81 ou à la mairie au 04 67 97 61 14 - Site : www.ot-espinouse.fr – Contact : ot-espinouse@wanadoo.fr

66 Apprendre en se promenant

Tout public

Tu es prêt pour une grande promenade ? Pars du stade de Fraïsse sur Agout et suis le balisage jaune ! Lis le poème de Jacques Prévert : il dit que les enfants et les arbres se parlent. Tout au long de la première partie de ta promenade, des panneaux dessinés par les enfants de l'école montrent comment l'arbre se nourrit, respire, se reproduit, bref comment il vit. Puis tu vas découvrir une statue-menhir, un arboretum (collection d'arbres) installé par les enfants de Fraïsse sur une ancienne décharge et l'immense grange étable de Prat d'Alaric qui a été construite, il y a bien longtemps, avec les matériaux disponibles sur place : des pierres, du bois et, pour le toit, des genêts !

▶ Informations à l'Office de Tourisme des Monts de L'Espinouse au 04 67 97 53 81 ou à la mairie au 04 67 97 61 14 - Site : www.ot-espinouse.fr – Contact : ot-espinouse@wanadoo.fr

67 Têtu comme un âne

Activité extérieure à partir de 2 ans

Que neni... ! Avec José, D'judi ou Vilikan, tu découvriras le bonheur d'être « copain comme cochon » avec nos 3 fripons à grandes oreilles. Faciles comme tout, ils te porteront le temps d'une promenade avec tes parents, papi et mami, tes frères et sœurs... Que du bonheur !

▶ Durée : de 1 heure à la journée • De 17 € à 48 €/ âne • Prévoir des chaussures de marche et un coupe vent • Possibilité d'accompagner la sortie d'une heure avec votre poussette • Lieu de l'activité : Des alentours du hameau de Flacheraud jusqu'au lac de Vesoles • Contact/Réservations : Les Equipages du Jougnier - Hameau de Flacheraud - 34330 Fraïsse-sur-Agout - Nadia Pardigon ou François Marrot - ✆ 04 67 97 57 48 ou 06 52 32 85 18.

68 Je vais vraiment devenir chèvre !

Activité extérieure à partir de 4 ans

Alors ose l'originalité. Tu seras enchanté, espanté, époustouflé, stupéfait... Nos chèvres Filao, Zébulon, Houpette et Zabou, t'accompagnent pour un pique-nique en famille. Eh quôaaaa gente dame, c'est la chèvre qui porte le repas à moins qu'elle ne le perde en chemin, en sautant d'un rocher à l'autre. Tu vas devenir « dingue » des chèvres !

▶ Un adulte tient la chèvre • Activité non accompagnée • Tarifs : 25 € l'activité de 10 h à 15 heures • Chaussures de marche et coupe vent conseillés • Lieux de l'activité : aux alentours de Flacheraud et au Col de Fontfroide • Il est également possible de partir avec une chèvre attelée depuis le Col de Fontfroide pour une petite promenade d'une heure. Renseignez-vous • Contact - Réservation : Les Equipages du Jougnier Hameau de Flacheraud - 34330 Fraïsse-sur-Agout - Nadia Pardigon ou François Marrot - ✆ 04 67 97 57 48 ou 06 52 32 85 18

69 La force de l'eau et le plaisir du pique-nique

Tout public

Du coin de la place de l'église de Fraïsse sur Agout, une petite rue descend vers la rivière : c'est le point de départ du parcours des machines à eau. Tu découvres d'abord une turbine : avec l'eau, on peut faire de l'électricité. Longe la rivière et observe les truites et les poissons plus petits, vairons et goujons, tu verras certainement des canards et avec un peu de chance des écrevisses au fond de l'eau. Cette promenade te conduit jusqu'à la station d'épuration et jusqu'à l'île où tu constateras qu'avec la force de

l'eau, on peut jouer de la musique, faire fonctionner un marteau-pilon et bien sûr irriguer. L'île sur l'Agout, voilà l'endroit idéal pour un pique-nique en famille, Papa pourra même faire une grillade sur le barbecue ! Et toi, tu ne t'ennuieras pas une seconde : tu pourras t'essayer à la pêche, lancer du pain dur aux canards, observer comment la noria qui tourne paisiblement permet de dévier le cours de l'eau pour irriguer les cultures. Deux panneaux en lave émaillée te permettront de connaître le nom des arbres et des plantes qui poussent au bord de l'Agout et le nom des petites bêtes que tu peux trouver en soulevant les pierres du fond de la rivière.

▶ Informations à l'Office de Tourisme des Monts de L'Espinouse au 04 67 97 53 81 ou à la mairie au 04 67 97 61 14 - Site : www.ot-espinouse.fr – Contact : ot-espinouse@wanadoo.fr

Plonge dans les bulles de La Salvetat®

Tout public

Entre dans l'univers incroyable de l'unité d'embouteillage La Salvetat®. 50 minutes de découvertes historiques et industrielles mais aussi gustatives ! Un diaporama t'expliquera d'où vient cette eau naturellement pétillante, son histoire, sa découverte et son processus d'embouteillage. Puis, tu entreras au cœur de l'usine et de ses machines lancées à une allure folle, de la souffleuse au palettiseur... tu termineras la visite par une dégustation des différentes eaux Salvetat®. Nature ou aromatisée, à toi de choisir celle que tu préfères ! Tu pourras même repartir avec un souvenir insolite...

▶ Visites de mi-juin à mi-septembre, du lundi au vendredi, à 9h45 et 11h, sur réservation obligatoire à l'Office de Tourisme de La Salvetat : 04 67 97 64 44 - salvetat.tourisme@orange.fr • Tarif : 2 € / adulte, 1 € / enfant de 6 à 12 ans, gratuit pour les < 6 ans • Appareils photos, caméscopes, animaux et nourriture strictement interdits dans l'enceinte de l'usine. L'usine est de plain-pied, on peut faire la visite avec une poussette ou un fauteuil roulant • Attention, tu t'apprêtes à entrer sur un site industriel, c'est pourquoi il te faudra bien écouter le guide et respecter les consignes de sécurité et d'hygiène qu'il t'indiquera ! • Chaussures fermées obligatoires.

La base de Loisirs « les Bouldouïres »

Activités extérieures tout public

Tu as envie de t'aérer, te rafraîchir et t'amuser ? La base de loisirs « Les Bouldouïres » sur la lac de la Raviège, à 2 km de la Salvetat est accessible gratuitement ! En juillet et août, tu pourras jouer sur la plage et te baigner dans la zone délimitée sous l'œil attentif des maîtres nageurs qui sont là pour ta sécurité. Si tu as envie de fraîcheur, tu pourras aussi t'installer à l'ombre des arbres, côté verdure, où des tables de pique-nique et des barbecues sont aussi disponibles. Deux jardins d'enfants sont à ta disposition avec des jeux pour les enfants de 2 à 12 ans, un terrain de volley et bien sûr des points douches et toilettes. Tu pourras aussi profiter de la piscine municipale.

▶ Piscine ouverte en juillet et août tous les jours de 13h30 à 18h30 • Abonnement de 10 entrées : 14 € pour les enfants de 3 à 13 ans et 20 € à partir de 14 ans) • Entrée simple à 1.70 € entre 3 et 13 ans, et 2.50 € à partir de 14 ans • Attention ! les caleçons et shorts de bains sont interdits !

Tu pourras aussi te rendre avec tes parents chez les différents prestataires de la base pour pratiquer différentes activités au gré de tes envies : location de matériel nautique, poney, acrobranche, mini-golf, jeux gonflables, trampolines... des snacks-bars sont aussi à ta disposition pour des pauses restauration et rafraîchissement.

En 2014, en raison de travaux entrepris par EDF sur le barrage de La Raviège, la base des Bouldouïres sera asséchée mais tu pourras profiter des différentes activités proposées par les prestataires présents (acrobranches, jeux gonflables, poneys, piscine etc...)

▶ Info : Renseigne-toi vite auprès de la mairie de La Salvetat, place Compostelle - La Salvetat-sur-Agout - ✆ 04 67 97 61 47 et l'Office de Tourisme - ✆ 04 67 97 64 44 - salvetat.tourisme@orange.fr

Ecole de Voile des Bouldouïres

Activités extérieures à partir de 6/7 ans

Cet été 2014 avec les travaux sur le barrage du lac de la Raviège, nous te proposons de nous retrouver sur le lac voisin du Laouzas, au sein de la base de loisirs de Rieumontagné. En 2015, avec les écoles de voile du plateau des lacs, tu pourras choisir de nous retrouver soit sur la base de loisirs des Bouldouïres, soit sur celle de Rieumontagné. A bientôt... Le Centre Nautique du Lac de la Raviège à La Salvetat te propose diverses activités nautiques avec ou sans encadrement. Découvre L'optimist, la planche à voile, le stand up paddle, le canoë simple ou triple, le dériveur double type 420, le bateau collectif type caravelle, le catamaran pour 2, 3 ou 4 personnes. L'espace baignade sera déplacé au Gua des Brasses, à quelques kilomètres. Tu y trouveras une plage surveillée, une pataugeoire et une piscine flottante. Une navette pourra même t'y conduire.

▶ Cours : de 18 € à 29 € la séance, mini stages : dès 69 € et stages : dès 98 € • Locations : de 12 € à 32 € de l'heure. Dégressif pour plusieurs heures • Les tarifs sont réduits de 10% pour les enfants entre 7 et 11 ans • Un encadrement pour les groupes, colonies, les scolaires et les handicapés est possible • Le Centre est ouvert de mi-mai à début septembre et une permanence est ouverte tous les après-midi sur place • Possibilité de réservation • C.B. acceptée • Contact : Bruno Dupouy - ✆ : 06 76 28 15 08 - Courriel : centrenautiquesalvetat@orange.fr - Site : www.voile-hautlanguedoc.com.com

73

Base de loisirs « Le Chalet de la Raviège »

Activités extérieures tout public

Le lac de la Raviège t'offre une petite base de loisirs située face au barrage, sur la commune d'Anglès. Au chalet de la Raviège, tu pourras louer du matériel nautique (pédalos, canoës) et te rafraîchir à la buvette (boissons fraîches et glaces) ouverte en juillet et août. Juste à côté, tu pourras découvrir le fonctionnement du barrage grâce à l'atelier pédagogique sur l'hydro-électricité. Tu y trouveras une maquette interactive.

▶ Info : chalet de la Raviège : ✆ 06 15 39 81 58 • Association Bon plan - ✆ 05 63 70 9806 - bonplan81@orange.fr

74

Les petits cavaliers du Haut-Languedoc

Activités extérieures tout public à partir de 3 ans

Nos très gentils poneys t'attendent pour s'amuser avec toi et aussi pour aller se promener. Tu apprendras à les brosser, à les soigner et à leur donner à manger. Tu les trouveras en été sur la base de loisirs des Bouldouïres au lac de la Raviège et à l'écurie du Haut Languedoc au village de Le Soulié (10 km) de septembre à juin.

▶ Poney-Club : ✆ 04 67 95 07 68 - www.centre-equestre-la-salvetat.com

75

Les petits acrobates de la Raviège

Activités extérieures à partir de 1 mètre

Viens passer un moment extraordinaire au parc acrobatique de La Raviège, juste à côté du lac, sur la base de loisirs des Bouldouïres à La Salvetat. Si tu mesures au moins 1 mètre, tu pourras profiter du parcours « bambino » ouvert aux plus petits, puis dès 1,20 mètre, tu pourras jouer les aventuriers sur le parcours « kids ». Les plus grands et courageux pourront repousser leurs limites sur les parcours « sensations » et « frissons ». N'hésite plus et viens t'amuser en famille ou avec tes amis tous les jours de 12h à 19h en juillet et août. Pense à t'équiper de baskets et de vêtements confortables.

▶ Infos : Camping Les Cèpes - ✆ : 04 67 97 63 45 - camping.ccecalcia@wanadoo.fr

76

Parc Juju Bungy

Activités extérieures

Tout l'été en juillet et août viens t'éclater au parc Juju Bungy, sur la base de loisirs des Bouldouïres, à côté du lac de la Raviège. Les plus petits pourront rebondir et crapahuter sur les jeux gonflables. Pour 5 €, tu recevras un tampon sur la main qui te permettra de revenir toute la journée. Les plus grands pourront profiter des trampolines en cage pour 3 € le ¼ d'heure et si tu pèses au moins 20 kg, tu pourras t'envoler dans les airs grâce aux trampolines assistés par élastiques. Tu paieras 5 € le tour. Pendant que tu t'amuseras, tes parents pourront profiter des chaises longues à l'ombre des arbres.

▶ Contact : ✆ : 06 12 912 998

77

Deviens le spécialiste de la nature avec le C.P.I.E du Haut-Languedoc (Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement)

Activités extérieures tout public

Une sortie au grand air en famille ? Partez ensemble à la découverte de la faune et le la flore avec les animateurs Nature du CPIE du Haut-Languedoc. Vous participerez à des animations par une approche ludique, scientifique et sensorielle adaptées aux petits comme aux grands. Chaque semaine, en matinée, après midi ou soirée nous vous proposons plusieurs thématiques : Familiarisez-vous avec la faune nocturne et partez à la rencontre des « guetteurs de lune ». Observez une tête cornue qui se dégage derrière une ligne de crête, écoutez un hululement plutôt chouette, un concert de grillons, observez le ballet des chauves souris... Une balade en début de soirée, bien équipés dans le massif du Caroux-Espinouse (apportez eau, chaussures de marche, veste chaude, pique nique).

Activité extérieure à partir de 6 ans

Le temps d'une matinée, apprenez à cuisiner en famille les plantes sauvages comestibles qui nous entourent ! Préparer la pâte à tarte, trier, laver les plantes... Tout le monde mettra la main à la pâte ! Nous partirons ensuite en balade pour nous mettre en appétit et pour apprendre à reconnaître tout ce que la nature nous offre à croquer...

Activités extérieures à partir de 4 ans

Rencontrez l'aigle aux serpents et le monde fascinant des rapaces. Balade, observations depuis les points de vue panoramiques du Somail pour partir à la découverte de tous les oiseaux dont nous croiserons le vol...

Activité extérieure à partir de 6 ans

Tout au long de l'été, participez également en famille aux balades «Entre Nature et Sens» à la découverte d'Espaces Naturels Sensibles (ENS) du Conseil Général de l'Hérault. Les bords de la remarquable rivière de l'Arn ou le magnifique lac de Vesoles sont de véritables repères pour la faune et la flore ! Boîtes, loupes, jumelles, amplificateurs de sons... vous aideront à découvrir tout cela...

▶ Tarifs : 2 à 10 € - gratuit pour les adhérents • Horaires, lieux de RDV et inscriptions au CPIE HL (programme complet disponible à l'Office de Tourisme de La Salvetat et au CPIE) • Inscriptions obligatoires • Contact : C E du Haut-Languedoc - Les Bouldouïres - La Salvetat sur Agout - ✆ 04-67-97-51-16 - www.cpiehl.org

Le village de La Salvetat te dévoile ses secrets

Activité extérieure tout public

Damoiseaux, damoiselles, oserez-vous partir au cœur de La Salvetat et de ses mystères lointains ? En juillet et août, tous les lundis à 17h30, Adeline, guide de l'Office de Tourisme, t'invite à découvrir La Salvetat au fil des siècles à travers ses anecdotes et ses légendes comme celle de la vierge noire, du Drac ou encore de son fameux blason... Mythes ou réalité ? Fais preuve d'imagination et pendant une heure de balade, au gré des ruelles médiévales, suis bien le fil de l'histoire et repère le moindre détail qu'elle t'indiquera... Grâce à des photos anciennes, tu verras aussi à quoi ressemblait le village il y a un siècle ! Vois ce qui a changé ou pas ! A ton retour, un pot d'accueil te sera offert à côté de l'Office de Tourisme où Adeline te donne rendez-vous pour le départ de la visite.

▶ Pense à t'inscrire auprès de l'Office de Tourisme de La Salvetat • La visite coûte 2 € par adulte, 1 € pour les enfants de 6 à 12 ans et c'est gratuit pour les moins de 6 ans • Les poussettes ne sont pas très recommandées pour cette balade, si tes parents ont un porte bébé, c'est plus pratique ! • Contact : Office de Tourisme - place des Archers - La Salvetat-sur-Agout - ✆ 04 67 97 64 44 - salvetat.tourisme@orange.fr

Deviens guide-explorateur au cœur du village de la Salvetat-sur-Agout !

Activité extérieure à partir de 5 ans

Avec l'aide de l'Inspecteur Rando et muni de tes fiches, pars à la rencontre du patrimoine historique, architectural et naturel salvetois afin de récolter des indices pour résoudre une énigme ! Dès 5 ans, tu peux embarquer ta famille dans l'aventure, plusieurs fiches sont disponibles pour les 5/6 ans, 7/9 ans et 10/12 ans, ainsi qu'une fiche pour tes parents.

▶ Tu peux acheter la fiche qui correspond à ton âge à l'Office de Tourisme de La Salvetat au prix de 1 € seulement. La fiche parents est incluse • Ton enquête durera entre 1h et 2h • Voici une façon originale de t'émerveiller des richesses de La Salvetat ! • Les poussettes ne sont pas très recommandées pour cette aventure, si tes parents ont un porte bébé, c'est plus pratique ! • Ouvert toute l'année • Contact : Office de Tourisme - Place des Archers - La Salvetat-sur-Agout - ✆ 04 67 97 64 44 - salvetat.tourisme@orange.fr

Deviens pour un instant « Le Berger des Abeilles »

Tout public

En venant chez le Berger des Abeilles, tu pourras découvrir avec tes parents le monde mystérieux des abeilles. A travers une ruche vitrée, ce sera à toi de nous dire si tu vois une abeille qui danse, qui se nettoie, qui porte du pollen. Peut-être verras-tu la reine !... A l'aide de panneaux, tu découvriras toute la vie des abeilles. L'endroit est accessible à tous, sans aucun risque de piqûre. Et avant de repartir, tu pourras te régaler en découvrant les différents goûts des miels, mais aussi le vrai nougat et le pain d'épice !

▶ La visite coûte 2 € et dure 30 mn ou plus si tu es curieux ! Et si tes parents achètent pour plus de 20 euros à la boutique, elle te sera offerte ! • Tu peux venir en juillet et août le matin de 10 h 30 à 12 h et l'après midi de 15 h à 18 h, sauf le dimanche. Alors à très vite ! • Appelle nous pour prendre rendez vous, ce serait mieux • Alain et Sabine Mérit, Combres Bel Air - La Salvetat-sur-Agout - ✆ 04 67 97 68 94 - alain.merit@wanadoo.fr

En VTT, on fait ce qui nous plaît ! Apprends les bases du VTT et deviens un as du guidon...

Activité extérieure à partir de 7 ans

Avant de s'engager dans les sentiers en VTT, mieux vaut savoir piloter... Grâce aux exercices ludiques et aux conseils d'un moniteur diplômé, apprends d'abord à maîtriser ton vélo : freiner, adapter ta vitesse, éviter les obstacles, bien prendre les virages, perfectionner ton équilibre... Une fois que tu auras acquis les bases de la maniabilité, tu pourras apprendre à franchir de petites marches, à t'engager dans la pente, à sauter... Pour ça, il te faut un vélo en bon état, un casque et des gants !

▶ L'école VTT dure deux heures et a lieu un samedi sur deux à La Salvetat • Animation à la demi-journée pendant les vacances scolaires • Tarifs, horaires et renseignements auprès de Vélo Caroux Haut-Languedoc : ✆ : 04.67.97.64.42 (le matin) / 06.45.12.52.50 -velo-haut-languedoc@orange.fr

Crèches

Crèche « La souris verte » à Brassac

Structure ouverte tous les jours, exceptés les jours fériés, du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30 ; fermeture trois semaines en août et 2 semaines à Noël • Un calendrier d'activités est établi par l'équipe de professionnelles et de rencontres créatives proposées aux parents • Les tarifs sont fixés par la CAF en fonction des charges et des revenus de chaque famille • Les couches, produits d'hygiène, collations du matin et de l'après-midi et les repas sont fournis et gratuits.

▶ Pour nous contacter : Crèche la Souris Verte
Route de Sarrazy - 81260 Brassac - ✆ 05 63 50 48 07
Courriel : chg.lasourisverte@wanadoo.fr
Blog : www.crechelasourisverte.blog.4ever.com

Crèche « Ma Bulle » à Roquecourbe

Structure multi-accueil destinée aux enfants entre 2 mois et demi et 3 ans. Le projet pédagogique de l'équipe met l'accent sur un accueil personnalisé, au plus près des besoins et de l'évolution de chaque enfant sur l'aide à la séparation et plus globalement le soutien à la parentalité ; sur un aménagement et des propositions de jeu riches et adaptées ; sur l'accompagnement de l'enfant vers la socialisation.

▶ Ouverture du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30, avec 5 semaines de fermeture annuelle : 1 semaine à Noël, 1 semaine à Pâques et 3 semaines au mois d'août • Les tarifs sont établis par la CAF en fonction des revenus de la famille et du nombre d'enfants à charge • Sont inclus dans le tarif les couches et les repas (sauf laits maternisés) • Les inscriptions sur la liste d'attente se font directement à la crèche • Pour nous contacter : Crèche «Ma Bulle» - 21, rue Ernest Cayssié - 81210 Roquecourbe - ✆ 05 63 71 15 05

Crèche « Les Petits Cailloux » à Lacrouzette

Structure multi-accueil ouverte du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30 et destinée aux enfants de 3 mois à 3 ans en formule crèche ou halte-garderie • Fermeture 3 semaines en août et 15 jours à Noël • Capacité d'accueil de 16 enfants. Tarif : le prix de l'heure est déterminé par le barème de la Caf en vigueur et du nombre d'enfants dans la famille • L'année est rythmée par des évènements festifs et des sorties à thèmes auxquels sont conviés les parents dans un esprit convivial et familial. Le projet pédagogique est basé sur le respect des besoins de l'enfant avec pour objectif leur bien-être, le respect de son rythme tout au long de la journée, et son accompagnement dans l'acquisition de l'autonomie • La classe passerelle fonctionne toute l'année : les enfants sont accompagnés 2 fois par semaine à l'école dans le but de les préparer à leur rentrée (école privée et publique).

▶ Pour nous contacter : Crèche « Les Petits Cailloux »
Rue de la Garriade - 81210 Lacrouzette - ✆ 05.63.50.67.69

Crèche « Les Petits Troubadours » à Burlats

Ouverte du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30 • Fermeture 3 semaines en août et 15 jours à Noël • Accueil des enfants de 2 mois à 4 ans • Agrément pour 20 enfants • Fermeture annuelle en août et pour les congés de Noël • Pour ses tarifs, la crèche applique le barème national de la CAF qui dépend du quotient familial • Sont compris dans ce tarif : repas de midi préparé sur place, collation du matin et goûter de l'après-midi, couches, produits d'hygiène.

▶ Pour nous contacter : Crèche « Les Petits Troubadours »
6, rue du stade - 81100 Burlats - ✆ 09 66 94 24 75
Courriel : petitstroubadours@orange.fr

Les petits lutins de Lacaune t'invitent à venir jouer avec eux à la crèche.

Si tu as de 2 mois ½ à 4 ans, tu pourras découvrir de nouvelles activités sur place, à la Ludo Média ou à la bibliothèque mais aussi rencontrer de nouveaux copains et connaître la vie en collectivité. Quand le temps le permettra, tu pourras profiter du soleil dans le jardin ou à l'occasion d'une promenade.

▶ Rue de la Liberté - 81230 Lacaune-les-Bains • Tarifs : Le tarif est calculé en fonction du quotient familial • Tarifs dégressifs en fonction du nombre d'enfants • Dans le prix horaire sont compris : les repas (sauf le lait maternisé), les couches, les produits de toilette • A prévoir : Un dossier d'inscription est à retirer à la crèche • Certains documents sont à fournir : le carnet de santé de votre enfant, la carte d'allocataire CAF ou MSA, la carte vitale • ✆ 05 63 37 20 55 - Internet : www.tourisme-montsdelacaune.com

Centres de Loisirs

Accueils de loisirs sans hébergement

Brassac Association Loisirs Enfance Jeunesse

- Nous..., on va au centre de loisirs ! et toi ? Viens avec nous ! Tu rencontreras de nouveaux copains et copines et vivras des vacances inoubliables. Au programme : des sorties, la préparation d'un spectacle, des grands jeux, des activités manuelles.

▶ Les jours d'ouverture de 7h30 à 18h30 : toute l'année, le mercredi et les petites vacances sauf celles de Noël ; l'été en juillet et fin août (fermeture 3 semaines en août) • Le centre de loisirs accueille tous les enfants de 3 à 14 ans • Inscriptions à la journée, demi-journée avec ou sans repas • Tarifs établis en fonction du quotient familial • Vous pouvez bénéficier des aides CAF, MSA, CE... • 15, Route de Sarrazy - 81260 Brassac, dans le Parc de la Marquise • Contact : 05 63 74 81 24 ou 05 63 74 56 97 - Courriel : centredeloisirs-brassac@orange.fr

Accueil de loisirs de Lacaune

Pour des vacances inoubliables !

Si tu as de 3 à 12 ans, viens tenter l'aventure avec nous et rencontrer de nouveaux copains et copines. Au programme : jeux de piste, rallye photos, kermesse, accro-sport, olympiades, mosaïque, poterie, piscine, kartings à pédales, mini camp, sorties et bien d'autres surprises... Nous t'attendons pour partager de bons moments avec toi ! En plus, les goûters sont offerts !

▶ Le programme d'activités est disponible au centre de loisirs, au bureau d'information touristique et sur le site internet : www.tourisme-montsdelacaune.com.

Durant l'année scolaire : Le centre de loisirs accueille TOUS les enfants de 3 à 12 ans.

▶ Tous les mercredis de 7h30 à 18h30 et durant les petites vacances (Zone A) du lundi au jeudi de 7h30 à 18h30 et le vendredi de 7h30 à 17h30 • Fermeture annuelle la semaine de Noël.

Durant l'été (juillet et août) : Le centre de loisirs accueille TOUS les enfants de 3 à 12 ans. Des groupes d'âge sont formés (maternelle/primaire).

▶ Toute la période d'été, du lundi au jeudi de 7h30 à 18h30 et le vendredi de 7h30 à 17h30.

▶ Boulevard Jean Jaurès (école primaire de Lacaune avec cour, gymnase et Ludo à proximité) • Tarifs : Le tarif est calculé en fonction du quotient familial • Les enfants peuvent être inscrits en journée ou en demi-journée avec ou sans le repas • Attention, un délai d'inscription est à respecter • A prévoir : Un dossier d'inscription est à remplir et certains documents sont à fournir au préalable • ✆ 06.30.93.06.34 (Cendrine VIDAL) ou 05 63 72 38 21
Internet : www.tourisme-montsdelacaune.com

Accueil de Loisirs « La Ruche » à Lacrouzette

Accueil de loisirs sans hébergement de Lacrouzette • De 3 à 13 ans • Mercredis récréatifs de 8h à 18h le reste de l'année.

▶ Tarifs : Le tarif est calculé en fonction du quotient familial • Avenue des Tilleuls - 81210 Lacrouzette - ✆ 06 47 97 71 71 - Contact : mathilde.ricard789@orange.fr

Accueil de Loisirs ADMR de Saint-Pierre-de-Trivisy

Pour les enfants de 3 à 12 ans. Pendant les vacances scolaires (Toussaint, Noël, hiver, printemps, été) de 7h45 à 19h.

▶ Association ADMR du Canton de Vabre - Mairie - 81330 Vabre - Contact : Céline Anglade - ✆ 05 63 59 93 56 ou 06 87 40 88 23 - Courriel : accueildeloisirs.admr@orange.fr

Centre de loisirs C2L à Roquecourbe

Accueil des enfants de 6 à 12 ans durant les vacances scolaires de Toussaint, hiver, printemps et le mois de juillet du lundi au vendredi de 7h30 à 17h30 avec possibilité de repas à midi. Fermé pour les vacances de Noël et au mois d'août.

▶ Accueil Loisirs Siloë - 21, Allée Général de Gaulle - 81210 Roquecourbe - ✆ 05 63 70 36 61

Centre de Loisirs « Les Vignals » à Burlats

Accueil des enfants de 3 à 12 ans, commune et hors commune • Ouvert les premières semaines des vacances de Toussaint, d'hiver et de printemps ainsi que tout le mois de juillet de 7h45 à 18h, avec possibilité de repas à midi • Fermé pour les vacances de Noël et au mois d'août • Le tarif est calculé en fonction du quotient familial.

▶ Centre de Loisirs les Vignals - Ecole des Vignals route du stade - 81100 Burlats • Informations et inscriptions : Mairie de Burlats - ✆ 05 63 35 07 83 - Courriel : mairie-burlats@wanadoo.fr

Centre de Loisirs « Popette et Galipette » de La Salvetat-sur-Agout

Ouvert aux résidents et non résidents pendant les vacances scolaires (sauf Toussaint et Noël), du lundi au vendredi, de 8h à 12h30 et de 13h45 à 17h30 (goûter non fourni) • Tarif à la journée : 7 € (résidents), 8,50 € (non résidents)

▶ Renseignements à la mairie - ✆ 04 67 97 61 47 - ✆ sur place : 04 67 95 74 68

Accès Wi-Fi

Accès gratuits • Les mineurs doivent être accompagnés d'un adulte.

Office de Tourisme de La Salvetat-sur-Agout

24h/24h

Un ordinateur est à votre disposition dans l'office de tourisme aux heures d'ouverture.

▶ Contact : Office de Tourisme - Place des Archers - 34330 La Salvetat-sur-Agout - ✆ 04 67 97 64 44
Courriel : salvetat.tourisme@orange.fr

Médiathèque de La Salvetat-sur-Agout

Ouverte mercredi de 15h à 17h, jeudi de 14h à 16h (hors vacances scolaires) et samedi de 10h à 12h.

▶ Accès gratuit • Contact : Bibliothèque - Clos du Gué 34330 La Salvetat-sur-Agout - ✆ 04 67 97 57 92

Office de Tourisme des Monts de l'Espinouse à Fraïsse-sur-Agout

(aux heures d'ouverture)

▶ Contact : Office de Tourisme - ✆ 04 67 97 53 81
Courriel : ot-espinouse@wanadoo.fr

Point Info à la Clairière de Cambon-et-Salvergues

(aux heures d'ouverture)

▶ Contact : ✆ 04 67 97 61 00
Courriel : gites-la-clairiere@orange.fr

Bureau d'information touristique de Lacaune-les-Bains

24h/24h

▶ Place du Général de Gaulle
81230 Lacaune-les-Bains - ✆ 05 63 37 04 98
Courriel : lacaune@tml81.fr

Bureau d'information touristique du Lac du Laouzas

24h/24h

▶ Rieumontagné - 81320 Nages - ✆ 05 63 37 06 01
Courriel : laouzas@tml81.fr

Bureau d'information touristique de Murat-sur-Vèbre

24h/24h

▶ 81320 Murat-sur-Vèbre - ✆ 05 63 37 47 47
Courriel : murat@tml81.fr

Bibliothèque de Cambon-et-Salvergues

▶ Mairie - ✆ 04 67 97 50 48 • Ouverture le lundi de 10h à 12h

Bibliothèque de Fraïsse-sur-Agout

▶ Ouverture le lundi de 14h à16h, le mercredi de 15h à 17h - ✆ 04 67 97 61 14

Maison du Sidobre

Wifi sécurisé solution Pro en intérieur et extérieur.

▶ Vialavert - 81260 Le Bez - ✆ 05 63 74 63 38
Courriel : tourisme.sidobre@gmail.com

Office de Tourisme de Saint-Pierre-de-Trivisy

(aux heures d'ouverture)

1 h par jour • Accès > 1 heure payant.

▶ Contact : Office de Tourisme
14, place du 19 mars 1962 - Saint-Pierre-de-Trivisy
Courriel : tourisme@saint-pierre-de-trivivsy.net

Cyberbase de Brassac

Libre consultation Internet • Ateliers d'initiation.

▶ Contacts, tarifs et horaires : Par téléphone : 05 63 72 49 37
Par courriel : srival@cyber-base.org
Sur internet : http://brassac.cyber-base.org
http://lamarquise.brassac.fr
www.facebook.com/la marquisedebrassac

Foyer rural de Lacrouzette

Ordinateurs à disposition

▶ ✆ 05 63 50 62 21 • Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 18h (fermé 3 semaines en août).

Syndicat d'Initiative de Roquecourbe

Un ordinateur connecté à internet ADSL est mis gratuitement à disposition du public du lundi au samedi (10h30-12h30 et 16h30-18h30), dimanche et jours fériés (10h30-12h) en juillet et août.

Bibliothèques - Ludothèques Médiathèques

Médiathèque de La Salvetat-sur-Agout

Confortablement installé sur les coussins du coin enfants, plonge dans l'univers passionnant des livres et de la lecture. Plus de 1500 ouvrages sont à ta disposition. Des expositions y sont aussi régulièrement organisées. Ouverte mercredi de 15h à 17h, jeudi de 14h à 16h (hors vacances scolaires) et samedi de 10h à 12h.

▶ Accès gratuit • Contact : Bibliothèque - Clos du Gué - 34330 La Salvetat-sur-Agout - ✆ 04 67 97 57 92

Bibliothèque de Fraïsse-sur-Agout

▶ Ouverture le lundi de 14h à 16h, le mercredi de 15h à 17h - ✆ 04 67 97 61 14

Bibliothèque de Cambon-et-Salvergues

▶ Mairie - ✆ 04 67 97 50 48 • Ouverture le lundi de 10h à 12h

Bibliothèque de Lacaune

Près de 2 500 ouvrages destinés à la jeunesse. Pour les plus grands, environ 4.000 ouvrages (documentaires, romans, bandes dessinées, fond local, romans en gros caractères, policiers...).

▶ Outre l'abonnement annuel de 8 €, une inscription temporaire est possible pour les personnes en villégiature au prix de 5 € • Justificatif de domicile et chèque de caution de 30,00 € (rendu à la fin du prêt) demandés • La consultation sur place est GRATUITE • Pour le prêt d'ouvrages, l'inscription est obligatoire • Ouverte tous les mercredis de 14h à 19h , les jeudis et vendredis de 13h30 à 18h30 • 3, rue du Biarnès 81230 Lacaune-les-Bains - ✆ 05.63.37.20.70 - Internet : www.tourisme-montsdelacaune.com

Ludo Média des Monts de Lacaune

Salut, je m'appelle Tom et chaque année je viens en vacances à Lacaune. J'adore aller à la Ludo Média, c'est trop cool ! Je joue avec mes copains à la Wii, à la Play, aux ordinateurs, aux jeux... dans une salle réservée aux grands. Ma petite sœur peut aussi venir avec maman car il y a un coin que pour les petits ! J'emprunte des jeux de société et des CD de musique et j'ai aussi le droit d'aller sur internet. La Ludo, c'est pour toute la famille ! Rejoins-moi vite. A bientôt...Tom.

▶ Ouvert à tous • Nous consulter pour les périodes et horaires d'ouverture • Tarifs : adhésion annuelle : famille 24 € / individuelle 14 € / musique 10 € • Accès Internet : 1 € pour les adhérents et 2 € pour les non adhérents • Halte jeux : 0,80 € pour les adhérents, 1,60 € pour les non-adhérents • Location de jeux de société : 0,80 € pour les adhérents, 1,60 € pour les non-adhérents • Boulevard Jean Jaurès - 81230 Lacaune-les-Bains - ✆ 05 63 37 26 39 - Courriel : ludo-media-lacaune@laposte.net

Bibliothèque-Médiathèque de Murat-sur-Vèbre

La bibliothèque-médiathèque propose un fonds enfants composé de plus de 1 300 livres (albums, romans, BD, documentaires...) et 50 CD musicaux (comptines, chansons...).

▶ Abonnement annuel : 3 €, gratuit pour les moins de 15 ans (parrainés par un adulte) • Accès Internet : 2 €/ heure aux jours et heures d'ouverture • Ouverte le mardi de 10h à 12h, le mercredi de 10h à 12h et de 13h30 à 17h30, le vendredi de 10h à 12h • Place de la Mairie - 81230 Murat-sur-Vèbre - ✆ 05.63.37.41.16 – Fax : 05.63.37.16.52 - Courriel : mairie.murat81@orange.fr

Bibliothèque-Médiathèque : La Biblioteca

Gérée par une équipe de bénévoles au sein de l'Association pour les Oeuvres Culturelles Marcel Guiraud, la bibliothèque dispose d'un fonds propre de plusieurs milliers d'ouvrages en français et en occitan sur notamment l'histoire du Tarn et des tarnais, la cuisine et le rugby. Elle organise tout au long de l'année plusieurs animations : conférences, concertos, ateliers de lecture... Galerie d'Art, elle accueille les œuvres de nombreux artistes. Ouverture de la bibliothèque du mardi au vendredi : de 9h à 11h et de 16h à 18h - Le samedi : De 9h00 à 11h00

▶ 2, av. d'Albi - 81330 Saint-Pierre-de-Trivisy - ✆ 05 63 50 42 22

Espace Culturel Mediagout à Brassac

Un lieu magique à découvrir ! Connais-tu un lieu où tu peux à la fois, construire une tour, jouer à la dînette, au pirate, aux jeux de société, aux jeux vidéo, lire, écouter de la musique ? Oui, c'est à l'espace culturel de la Marquise à Brassac ! Un endroit unique dans un château et avec une vraie tour ! Cette bibliothèque - ludothèque est le paradis des enfants... et des parents !

▶ Ouvert à tous • Tarifs : carte de la médiathèque 3 € • Halte-jeu gratuite • Le mardi de 16h à 18h • Le mercredi de 14h à 18h • Le vendredi de 17h à 19h • Le samedi de 10h à 12h et de 14h à 16h • Place St Blaise - 81260 Brassac - ✆ 05 63 72 49 37- Courriel : ecmbrassac@orange.fr

Bibliothèque du Foyer rural de Lacrouzette

▶ ✆ 05 63 50 62 21 • Ouverte du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 18h (fermée 3 semaines en août).

Bibliothèque de Roquecourbe

Ouverte toute l'année sauf au mois d'août.

▶ Le mercredi 10h-12h / 14h30-16h30, vendredi 16h30-18h30, et samedi 10h-12h • Boulevard Albin Batigne - 81210 Roquecourbe

Bibliothèque médiathèque de Vabre

Littérature et musique enfantine, coin enfants.

▶ SAPV - Société des Amis du Pays Vabrais - Rue Vieille - 81330 Vabre - ✆ 05 63 50 48 90 - www.sapv-vabre.fr • Horaires : mercredi et jeudi de 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 17h30, vendredi de 14h30 à 17h30 et samedi de 10h à 12h30.

Bonnes vacances !
Amuse-toi bien !

Au ♥ du Parc naturel régional du Haut-Languedoc

Crédit photos :
Gary WATERS,
Sophie PRADALIÉ,
Adeline GAZEL.

Hautes Terres d'Oc

Document réalisé par le Pays Sidobre - Monts de Lacaune en partenariat avec la Communauté de Communes de la Montagne du Haut-Languedoc avec le concours de :

Communauté de Communes de la Montagne du Haut Languedoc

Sidobre Val d'Agout

L'Europe s'engage en Midi-Pyrénées avec le FEADER

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Le Tarn www.tourisme-tarn.com Sud-Ouest • Midi-Pyrénées

Hérault Tourisme

Création et impression Imprimerie PÉRIÉ
IMPRIM'VERT® Lacaune - Tél. 05 63 37 12 51